Walt Larimore şi Barb Larimore
Creierul lui, *creierul ei*
Căsnicia* ta poate *fi întărită* prin *diferenţele* concepute *de Dumnezeu

Aprecieri pentru *Creierul lui, creierul ei*

„Aveam impresia că soţii Larimore erau la noi în salon ascultându-ne în timp ce citeam *Creierul lui, creierul ei.* Ce carte extraordinară! Nicio altă carte nu ţinteşte modelul divin în bărbaţi şi în femei la fel de bine ca această carte. împreună, Walt şi Barb au nimerit drept în centrul ţintei la subiectul de ce femeile şi bărbaţii sunt atât de diferiţi. Şi totuşi chiar aceste diferenţe sunt cele care întăresc unitatea conjugală!”

Gary Roseberg, EdD, şi Barb Roseberg, BFA, cofondatori ai *America’s Family Coaches,* autori ai cărţii *The Five Sex Needs of Men and Women*

„Walt Larimore a fost dintotdeauna o voce de încredere care oferă sfaturi bune şi cunoştinţe întemeiate. Acum, el face echipă cu o femeie extraordinară, Barb, soţia lui, şi scrie o carte fascinantă despre modul incredibil în care am fost creaţi. Mi-a plăcut foarte mult *Creierul lui, creierul ei.* La fiecare pagină îmi smulgea câte o exclamaţie: „Deci aşa!” Cu siguranţă tocmai am descoperit un nou cadou de nuntă sau de aniversare pe care îl pot oferi cu încredere! Mulţumesc, Walt şi Barb”.

Jennifer Rothschild, autoarea cărţii *Self Talk, Soul Talk*

„Am citit cartea *Creierul lui, creierul ei* împreună cu soţia mea, Norma. Prietenii noştri, Walt şi Barb Larimore, identifică diferenţele fiziologice şi chimice dintre bărbaţi şi femei, ceea ce explică atât de clar de ce bărbaţii acţionează aşa cum o fac şi de ce femeile sunt aşa cum sunt. Eu şi Norma am văzut îndată diferenţele dintre noi create de Dumnezeu într-o nouă lumină. Îmi doresc să fi citit această carte acum treizeci de ani!”

Wayne Pederson, vicepreşedintele *Radioului Moody* „în cartea *Creierul lui, creierul ei,* Walt şi Barb Larimore te

vor conduce la o mai bună înţelegere a modului extraordinar în care Dumnezeu a creat soţul şi soţia pentru a se completa frumos unul pe celălalt. Cred că această carte deosebită va fi folosită de Domnul ca să mişte mulţi bărbaţi şi femei căsătoriţi spre o mai mare împlinire în unitatea lor în Cristos!”

Rodney Wood, PhD, preşedinte al *The Mission Foundation*

„Cartea scrisă de Walt şi Barb Larimore mi-a oferit o viziune mai largă cu privire la modul extraordinar în care diferă bărbaţii şi femeile. Ne-a oferit noi consideraţii şi date relevante cu privire la femei, pentru ca noi toţi să fim uimiţi şi plini de recunoştinţă pentru modul special în care le-a creat Dumnezeu”.

Gary Smalley, PhD, autor al cărţii *Change Your Heart, Change Your Life*

„Suntem creaţi diferiţi de către Dumnezeu. Partea proastă este că aceste diferenţe dintre noi pe care nu le înţelegem ne conduc adesea la separare. Partea frumoasă este că aceleaşi diferenţe, în mâna lui Dumnezeu, pot duce de la nepotrivire şi separare la o armonie satisfăcătoare şi roditoare. Walt şi Barb ne-au dăruit un îndreptar de ajutor şi aducător de speranţă care ne va încuraja, dar şi care ne va oferi moduri simple şi practice de a ne bucura de o relaţie de dragoste mai profundă, mai intimă şi mai plină de semnificaţie. Aceasta este o carte pe care vei dori să o oferi şi prietenilor tăi”.

Gary J. Oliver, PhD, director al *Centrului de Dezvoltare a Relaţiilor* la *Universitatea John Brown*

„Barb şi Walt Larimore îmbină în mod plăcut umorul şi neurologia pe înţelesul tuturor în încercarea de a dezvălui misterele modului unic în care sunt concepuţi bărbaţii şi femeile. Aceste descoperiri vor avea o contribuţie certă în salvarea multor căsnicii şi vor aduce o mai mare satisfacţie în mult mai multe relaţii. Îmi doresc să fi citit *Creierul lui, creierul ei* la începuturile căsniciei mele. Intenţionez să le dăruiesc câte un exemplar tuturor copiilor mei şi partenerilor lor de viaţă”.

Gene Rudd, PhD, vicepreşedinte senior al *Asociaţiei medicilor şi a stomatologilor creştini*

„O carte cu impact, instructivă şi aplicabilă. *Creierul lui, creierul ei* este un tratament miraculos pentru căsnicii. Înlătură ceaţa care conduce relaţiile la atâtea conflicte. Nu porniţi la drum fără ea".

David Stevens, MD, MA (etică), preşedinte executiv al *Asociaţiei medicilor şi a stomatologilor creştini*

„Piesele lipsă din puzzle-ul căsniciei pe care le-am căutat cu toţii se întâlnesc în cartea *Creierul lui, creierul eil* Walt şi Barb evidenţiază foarte bine diferenţele din profilurile noastre ca bărbaţi şi femei şi le transformă în factori unificatori. Fiecare cuplu din SUA ar trebui să pună mâna pe o copie a acestei cărţi dacă îşi doreşte cu adevărat să aibă o căsnicie împlinită pentru toată viaţa. Nu e doar o simplă „carte despre diferenţele dintre sexe"; e o adevărată revelaţie şi un salvator de căsnicii!"

Joe White, EdD, preşedinte al *Kanakuk Kamps*

„Această carte oferă o lectură importantă, relevantă şi foarte plăcută pentru orice cuplu – dar şi pentru cei care le consiliază şi le slujesc".

Tim Clinton, EdD, preşedinte al *Asociaţiei americane a consilierilor creştini* „Mie şi soţiei mele, Mary, ne-a plăcut enorm această carte. Concluzia la care am ajuns amândoi este că dacă toate cuplurile logodite şi căsătorite ar parcurge această carte cu o minte şi o inimă larg deschise, rata divorţurilor ar scădea semnificativ".

Lyle W. Dorsett, PhD, profesor de evanghelizare la catedra *Billy Graham,* la *Beeson Divinity School*

„Walt şi Barb Larimore sunt autorii unui manual antrenant şi practic, o carte care te va face să râzi, să cazi pe gânduri şi care te va încuraja să experimentezi transformarea care îţi permite să devii soţul sau soţia care te-a creat Dumnezeu să fii. Ştiinţă medicală de înaltă clasă. Adevăr biblic elocvent. Învăţături practice pentru căsătorie. O veritabilă comoară pentru cei căsătoriţi şi pentru cei aflaţi în căutarea unui partener de viaţă".

William R. Cutrer, MD, profesor de slujirea creştină

la catedra *Gheens, The Southern Baptist Theological Seminary*

„*Vive la difference!* Walt şi Barb ne furnizează date oficiale despre ceea ce ştiam cu toţii ca fiind adevărat din experienţa personală, apoi ne ajută să aplicăm aceste diferenţe create de Dumnezeu într-un chip minunat în calitate de soţi şi de soţii”.

Gary DeSalvo, ThM, pastor principal la *Temple Bible Church,* Temple, Texas

„Wait şi Barb îmbină cu iscusinţă umorul, sfaturile biblice pline de înţelepciune şi descoperirile medicale de ultimă oră care demonstrează cu prisosinţă faptul că bărbaţii şi femeile sunt con cepuţi în mod diferit. Dacă ţi-ai pus vreodată întrebarea de ce tu şi partenerul tău aveţi aceleaşi dispute la nesfârşit, Walt şi Barb nu numai că te pot ajuta să apreciezi diferenţele care există între voi doi, dar pot ajuta în acelaşi timp şi căsnicia ta să *înflorească* tocmai prin intermediul acestor diferenţe. Mai era necesară încă o carte despre căsnicie? Această carte, da. De fapt, dacă doreşti să cumperi o singură carte despre căsnicie, această carte ar trebui să fie aceea!”

Kent C. Shih, MD, MAR, autorul lucrării *Preparing for a Career în Medicine*

„Judy şi cu mine suntem căsătoriţi de 43 de ani şi am considerat *Creierul lui, creierul ei* ca fiind de mare folos în evaluarea relaţiei noastre aşa cum este ea acum, dar şi a cursului ei în viitor. Mulţumim lui Walt şi lui Barb pentru că au scris această carte practică şi directă, de mare ajutor pentru cuplurile care doresc să-L onoreze pe Dumnezeu prin căsnicia lor”.

Ron Blue, MB A, preşedinte al *Christian Financial Professionals Network*

„Dacă tu şi partenerul tău de viaţă doriţi să înţelegeţi mai bine planul lui Dumnezeu pentru căsnicie, să învăţaţi cum să identificaţi amprenta divină în fiecare dintre voi şi să folosiţi aceste cunoştinţe pentru a clădi o căsnicie pe viaţă şi satisfăcătoare, *Creierul lui, creierul ei* poate fi exact ceea ce voi doi aveţi nevoie”.

Don Hawkins, Dmin, preşedinte al *Southeastern Bible Collège*

„Îţi doreşti să ai un «creier» mai bun? Sau, altfel spus, îţi doreşti *relaţii* mai bune datorită unei înţelegeri mai profunde a modului în care Dumnezeul cel atotputernic ne-a conceput creierul? Dacă răspunsul tău este pozitiv (şi ar trebui să fie dacă te gândeşti serios să-ţi clădeşti o familie puternică), atunci fă ceea ce am făcut eu şi soţia mea: *Citeşte această carte!* Nu vei găsi informaţii ştiinţifice «până peste cap» – doar cuvinte înţelepte din partea unui cuplu suficient de inteligent încât să ne ajute pe tine şi pe mine să înţelegem cât de grozav şi de minunat este modul în care am fost creaţi pentru relaţii frumoase!”

John Trent, PhD, preşedinte al *The Center for Strong Families,* autor al cărţii *The Blessing*

„Soţii Larimore au scris o carte minunată care constituie un cadoul de nuntă perfect! Multe dintre noi am încercat de zeci de ani să ne înţelegem soţii. Soţii Larimore au dezvăluit misterul feminin şi cel masculin într-un mod care nu este doar plăcut la lectură, ci şi cu un rol educativ. Aşadar, ce mai aştepţi? Pune mâna pe o copie a acestei cărţi şi începe să-ţi surprinzi partenerul cu noul mod de a-l înţelege!”

Diane Passno, vicepreşedinte principal al organizaţiei *Focus on the Family*

„Mă îndoiam că mai e necesară încă o carte despre femei şi despre bărbaţi. Cu toate acestea, odată ajuns în miezul cărţii lui Walt şi a lui Barb, am început să îmi schimb părerea. *Creierul lui, creierul ei* este o descriere fidelă şi exactă a femeilor şi a bărbaţilor şi o imagine a construcţiei minunate pe care o are Dumnezeu pentru noi. Mi-a plăcut îmbinarea dintre domeniul medical cu cel practic. Aceasta este o carte pe care aş recomanda-o şi altora”.

Dave Flower, prezbiter la *Little Log Church,* Palmer Lake, Colorado

Walt Larimore şi Barb Larimore

Creierul lui, *creierul ei*
Căsnicia* ta poate *fi întărită* prin *diferenţele* concepute *de Dumnezeu

Traducere de Ariana Roşiu
Casa Cărţii, Oradea
2010

Originally published in the U.S.A. under the title: His Brain, Her Brain Copyright © 2008 by Walt Larimore
Published by permission of Zondervan, Grand Rapids, Michigan

Citatele biblice sunt luate din Sfânta Scriptură, traducerea Dumitru Comilescu, cu excepţia celor precizate. Alte versiuni folosite:
NTR – Noua traducere în limba română
Creierul lui, creierul ei de Walt Larimore şi Barb Larimore
Copyright © 2010 Casa Cărţii www.ecasacartii.ro
Traducerea: Ariana Roşiu

Coperta: Adrian Mihocaş
Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
LARIMORE, WALT
Creierul lui, creierul ei / Walt Larimore şi Barb Larimore; trad.: Ariana Roşiu.
— Oradea: Casa Cărţii, 2010 Index
ISBN 978 – 973 – 8998 – 95 – 7
I. Larimore, Barb
II. Roşiu, Ariana (trad.)
159.9

Părinţilor noştri, Stan şi Inez Shaw şi Philip şi Maxine Larimore, care au dat dovadă de un devotament pe viaţă şi care s-au dedicat unul altuia atât la bine, cât şi la rău.

Lui Bill şi Jane Judge care ne-au fost mentori, modele în căsnicie şi prieteni scumpi timp de mai bine de douăzeci de ani.

Cuprins

Cuvânt-înainte 15
Mulţumiri 19
Introducere 21
PARTEA 1
Informaţii ştiinţifice
1. Concepuţi de Dumnezeu în moduri diferite 29
2. Diferiţi precum ziua şi noaptea 45
PARTEA 2
Diferenţele
3. Diferenţe în modul în care percepem această lume 67
4. Diferenţe în modul în care procesăm informaţiile furnizate de această lume 77
5. Diferenţe în modul în care comunicăm cu această lume 99
6. Decodarea diferenţelor noastre în ce priveşte comunicarea 111
PARTEA 3
Impactul asupra relaţiilor
7. Sexul la nivel mintal 125
8. Sexul aşa cum l-a conceput Dumnezeu 143
9. Creierul bărbatului – cucerire;
creierul femeii – îngrijire 155
10. Creierul bărbatului – întreţinere;
creierul femeii – siguranţă 175
11. Creierul bărbatului – respect;
creierul femeii – dragoste 193
PARTEA 4
Frumuseţea planului lui Dumnezeu
12. Creaţi pentru a fi una potrivit planului lui Dumnezeu 209
13. Preţuieşte, cinsteşte şi îngrijeşte potrivit planului lui Dumnezeu 219
Surse bibliografice 229
Index de citate biblice 249
Index de subiecte 251

Cuvânt-înainte

Cu mii de ani în urmă, probabil că şi cuplurile despre care citim în Biblie au întâmpinat aceleaşi dificultăţi cu care ne confruntăm şi noi astăzi. Presupun că Sara, exasperată, le întreba pe prietenele ei: „Oare de ce Avraam nu îmi *spune* pur şi simplu ce simte?” Iar, pe de altă parte, el îi întreba pe bărbaţii din cortul vecin: „De ce nu poate să înceteze să se mai îngrijoreze atât de mult pentru orice fleac?” Nora lor, Rebeca, probabil îi spunea lui Isaac: „Nu trebuie să *rezolvi* tu asta; aş vrea doar să asculţi!” Şi probabil că şi Isaac se îndepărta bombănind: „Ei bine, ar fi tare bine dacă nu ai mai vorbi la nesfârşit!”

Probabil că şi Moise şi Sefora se certau pentru că Sefora dorea ca Moise să se oprească şi să ceară îndrumări în pribegia lor prin pustiu. Iar regele David a ştiut foarte bine că dacă nu şi-ar întoarce privirea de la Bat-şeba în momentul în care a zărit-o pe acoperiş, ar da de bucluc.

Ai prins ideea. Foarte multe dileme în relaţii sunt nu numai universale, ci şi perene. Acestea sunt prea puţin condiţionate de împrejurări sau de cultură, dar sunt condiţionate în întregime de modul în care este dotat creierul nostru.

În ultimii zece ani a avut loc o adevărată explozie a gândirii în domeniul ştiinţei despre creier, întrucât oamenii de ştiinţă şi-au revizuit complet ipotezele anterioare. Fără îndoială, cea mai importantă descoperire este aceea că creierul nu este unisex. Nici pe departe! în schimb, fiecare dintre noi am fost creaţi fie cu un creier specific masculin, fie cu unul specific feminin; ceea ce influenţează totul – de la modul în care procesăm sentimentele cele mai profunde (fetele: repede; băieţii: încet) până la viteza cu care trupurile noastre se pregătesc pentru intimitatea fizică (hmm – cred că nu e greu să ghiceşti).

Aşa cum mulţi cititori ştiu, am petrecut ultimii ani studiind lucrurile surprinzătoare pe care tindem să nu le înţelegem cu privire la persoanele care sunt cele mai importante pentru noi – îndeosebi lucrurile pe care trebuie

să le ştie femeile despre bărbaţi şi viceversa. Cu toate că procesul acesta a fost fascinant, adesea a fost şi frustrant deoarece, cu toate că puteam să spun (de exemplu): „Acesta *este* modul în care gândesc şi simt bărbaţii” în legătură cu un anumit subiect, nu aveam niciun răspuns la întrebarea: „De ce?”

Îmi place că, în multe cazuri, informaţiile ştiinţifice despre creier explică şi acest „de ce”. Şi odată ce înţelegem că există o explicaţie *fizică* în spatele a atât de multe comportamente de neînţeles, se schimbă totul. De exemplu, într-un conflict, în loc ca o soţie să se gândească: „El pur şi simplu *alege* să nu-mi împărtăşească ceea ce simte”, ea poate să înţeleagă că circuitele cerebrale ale soţului ei sunt supraîncărcate din punct de vedere emoţional şi îi va lua probabil câteva ore până să fie capabil din punct de vedere fizic să-şi proceseze sau să-şi împărtăşească gândurile. Sau un soţ ar putea să îşi dea seama că lipsa relativă de testosteron a soţiei lui înseamnă că, în mod fizic, ea *nu poate* să se aprindă din punct de vedere sexual la fel de repede cum o face el, prin urmare, are nevoie să fie abordată în mod diferit.

De îndată ce am auzit de progresele făcute de ştiinţă în studiul creierului, am ştiut că următorul pas în cercetarea mea trebuia să fie acela de a mi le însuşi pur şi simplu. Dar trebuie să mărturisesc că am tot amânat mai bine de un an pentru că aveam o senzaţie de slăbiciune în stomac de fiecare dată când mă uitam la studiile, la revistele şi la manualele necitite care stăteau grămadă pe poliţa de lângă biroul meu.

Cei mai mulţi dintre noi pur şi simplu *nu pot* să citească toate studiile ştiinţifice despre creier pentru a exploata informaţiile preţioase care au influenţă asupra noastră zi de zi. Aici îşi dovedeşte utilitatea *Creierul lui, creierul ei*. Nici nu pot să vă descriu cât de încântată am fost când am văzut că doi oameni cu o reputaţie bună atât în medicină, cât şi în lucrarea de slujire s-au ocupat de maldărele de lucrări ştiinţifice şi, astfel, nu mai trebuie să o facem şi noi. Walt şi Barb Larimore au interpretat

întreaga ştiinţă complicată despre creier şi au extras cele mai importante lucruri pe care *trebuie* să le ştim unul despre celălalt şi, apoi, le-au transpus în termeni pe care putem să îi înţelegem şi noi. Am citit pe nerăsuflate întreg materialul şi deodată am văzut peste tot aplicaţii la propria mea căsnicie. Sunt sigură că şi tu vei vedea la fel.

Aşa că, ia-ţi o gustare şi ceva de băut şi aşază-te într-un loc confortabil pentru că, dacă îmi semeni cât de cât, cu greu te vei mai putea opri din citit.

În cinstea diferenţelor!

Shaunti Feldhahn, vorbitor public, editorialist şi autoare a unor bestselleruri ca *For Women Only* şi cartea asemănătoare, *For Men Only*

Mulţumiri

Multe persoane şi-au adus contribuţia la apariţia acestei cărţi. Suntem profund îndatoraţi editurii Zondervan pentru ajutorul acordat. Cindy Hays Lambert de la Zondervan a înţeles viziunea acestei cărţi încă de la bun început. Sandy Vander Zicht a fost editoarea şi campioana noastră în timpul elaborării şi al publicării acestei cărţi. Sfaturile de expert şi îndrumările lui Sandy au fost cruciale în conceperea, în scrierea şi în redactarea acestei cărţi. Ca de obicei, Dirk Buursma a prelucrat în mod splendid manuscrisul în forma sa finală. Suntem foarte recunoscători pentru sugestiile lui precaute făcute cu mult profesionalism, precum şi pentru abilităţile sale redacţionale care nu au permis multor erori să se strecoare în paginile acestei cărţi. Şi pentru orice eroare care a trecut neobservată, ne asumăm toată răspunderea.

Îi mulţumim lui Scott Heagle şi echipei lui pentru faptul că ne-au oferit consultanţă în probleme legate de marketing şi de relaţii cu publicul, lui Beth Shagene pentru designul interior de excepţie cu care ne-a îmbogăţit cartea şi lui Jeff Gifford pentru designul fantastic al coperţii acestei cărţi. Le suntem recunoscători multor altora de la editura Zondervan care au contribuit la forma finală a cărţii.

În timpul conceperii şi al scrierii manuscrisului, am avut bucuria de a lucra împreună cu colegii şi cu prietenii noştri apropiaţi, Stephen şi Amanda Sorenson, care au fost editorii care ne-au îndrumat în timpul conceperii acestei cărţi. Amanda a devenit principala noastră sursă de încurajări, cea care ne-a echipat şi redactorul nostru în timpul scrierii acestei cărţi. Ea ne-a fost totodată confidentă, suporter entuziasmat şi critic. Abilitatea ei uimitoare de a împleti cuvintele şi meandrele gândurilor noastre în forma unui manuscris minunat a fost un cadou preţios pentru noi. Îţi mulţumim, Amanda, pentru felul în care ne-ai fost aproape, ne-ai încurajat şi ne-ai purtat în rugăciunile tale în ultimele faze ale conceperii acestei cărţi.

Îi mulţumim lui Paul Bătură pentru munca sa de cercetare şi pentru ajutorul pe care ni l-a oferit în obţinerea permisiunii de a folosi diferite materiale şi lui Ned McLeod, prietenul şi sfătuitorul nostru de multă vreme în domeniul afacerilor.

Le suntem profund recunoscători tuturor celor care şi-au luat timp pentru a revizui cu mare atenţie primele variante ale manuscrisului şi care ne-au oferit sugestii preţioase ce au contribuit la forma finală a cărţii – printre aceştia se numără Zanese Duncan, Gene Rudd, MD; Kent Shih, MD; David Stevens, MD; pastorul Chris Taylor şi dr. Rodney Wood. Le mulţumim, de asemenea, prezbiterilor bisericii noastre locale, Little Log Church, din Palmer Lake, Colorado (pastorul Bill Story, Jeff Ball, Dave Flower şi Rick Fisher) pentru revizia pe care au făcut-o lucrării şi pentru sfaturile pe care ni le-au acordat. îi mulţumim totodată lui Allan Harmer care are studii aprofundate în teologie, pentru încurajarea şi susţinerea pe care ni le-a oferit.

În final, dar mai presus de toate, îi suntem recunoscători lui Dumnezeu pentru faptul că ne-a îngăduit să îl slujim scriind această carte. Cea mai fierbinte rugăciune a noastră este ca această carte să-l aducă Lui toată gloria.

Walt şi Barb Larimore
Monument, Colorado, octombrie 2007
Introducere

Oare chiar mai era nevoie de o altă carte despre căsătorie? Nu chiar. Există literalmente sute de astfel de cărţi şi multe dintre ele sunt bestselleruri. Iar eu (Walt) nu am avut intenţia de a mai adăuga un nou titlu la teancul deja existent.

Dar eu (Barb) am considerat că e nevoie de o carte care să arate un aspect pe care noi, femeile, îl ştim de când lumea şi anume că mintea noastră feminină este unică şi că nevoile noastre şi modul în care gândim, simţim, percepem, reacţionăm, răspundem, iubim şi apreciem viaţa şi relaţiile este diferit de modul în care o fac soţii noştri.

Iar Barb a avut dreptate. Atunci când am început să înţelegem felul în care ne-a conceput Dumnezeu aşa încât să fim foarte diferiţi şi, astfel, să fim unul pentru celălalt un cadou din partea Lui, am început să experimentăm un nivel mai înalt de satisfacţie şi de semnificaţie în căsnicia noastră. Aşa că am început să ne gândim să scriem o carte care să-i ajute şi pe alţi bărbaţi şi femei să descopere modul prin care diferenţele dintre ei îi pot conduce şi pe ei la experimentarea unei căsnicii mai satisfăcătoare şi mai semnificative.

Înţelegând modul în care ne-a creat şi ne-a conceput Dumnezeu, avem mai multe şanse să transformăm nenumăratele noastre diferenţe, puncte slabe şi cususuri în unitate şi în putere pentru a putea trăi într-un mod deplin bucuria legată de planul încântător conceput de Dumnezeu pentru căsătorie.

Dacă afli pentru prima oară faptul că mintea bărbatului şi a femeii sunt diferite încă din pântecele mamei lor, stai liniştit, pentru că şi eu am trecut prin faza când am auzit acest lucru pentru prima oară. Abia după ce am absolvit facultatea de medicină am fost pe deplin convins că aşa stau lucrurile.

Nici nu e de mirare că lui Walt i-a trebuit atât de

mult timp pentru asta. El nu a avut surori. Sora mea şi cu mine avem fraţi, aşa că ştiam că fetele şi băieţii sunt diferiţi încă dinainte să cunoaştem suficiente cuvinte pentru a o exprima verbal.

Bine, recunosc că am fost cam obtuz în această privinţă. În adolescenţă şi în anii de liceu am trăit cu impresia că bărbaţii şi femeile sunt în esenţă identici şi că devenim diferiţi doar ca urmare a influenţei culturale, a ambianţei, a educaţiei şi a societăţii. Dar au existat câteva evenimente care m-au făcut să-mi schimb părerea.

Mai întâi, m-am îndrăgostit de Barb când eram în ultimul an de liceu şi am început să observ direct cât de diferit era modul nostru de a gândi.

Apoi, în timpul colegiului, Barb şi cu mine am început să studiem Biblia împreună. Pe lângă multe alte lucruri pe care le-am învăţat, a fost şi acela că Dumnezeu a creat bărbatul şi femeia pentru a fi cu totul diferiţi. Şi nu doar atât, ci aceste diferenţe inspirate de Dumnezeu au fost intenţionate să întărească relaţia noastră cu Dumnezeu şi unul cu celălalt.

Pe când citeam Biblia împreună, am descoperit informaţii preţioase şi pline de înţelepciune cu privire la modul în care bărbaţii şi femeile puteau fi transformaţi de principiile lui Dumnezeu şi de o relaţie personală cu El, devenind oameni mai buni, parteneri mai buni şi părinţi mai buni – ca să nu mai vorbim de faptul că ne puteam consolida căsnicia odată ce înţelegeam diferenţele dintre noi ca fiind opera lui Dumnezeu.

În al treilea rând, în timpul anilor de practică medicală, am primit tot mai multe informaţii despre descoperirile făcute de zeci de oameni de ştiinţă care au început să descopere nenumăratele diferenţe înnăscute dintre creierul bărbatului şi creierul femeii. Am fost impresionat în mod aparte de unele dintre diferenţele funcţionale şi izbitoare care există între creierul bărbatului şi creierul femeii şi substanţele chimice din creier.

Am examinat zeci de studii, cărţi şi pagini de internet pentru a vă putea oferi cele mai actuale şi practice

rezultate ale unor cercetări făcute de oameni de ştiinţă din lumea întreagă. Pe măsură ce discutam împreună cu Barb despre aceste rezultate ale cercetărilor, am fost uimiţi de informaţiile ştiinţifice care veneau să explice de ce gândesc şi acţionează bărbaţii şi femeile aşa cum o fac.

Dar ce este şi mai uimitor este faptul că aceste diferenţe nu numai că erau logice dintr-o perspectivă ştiinţifică, dar ne-am dat seama că ele existau chiar în viaţa noastră! Aceste diferenţe concepute de Dumnezeu ne afectează modul în care gândim, în care reacţionăm, în care răspundem şi modul în care ne comportăm zi de zi.

Fiecare dintre aceşti factori a sprijinit învăţătura biblică cu privire la diferenţele existente între bărbaţi şi femei. Ceea ce au descoperit oamenii de ştiinţă se corelează cu ceea ce am descoperit noi referitor la proiectul Creatorului pentru soţi şi pentru soţii. Atunci când diferenţele concepute de Dumnezeu sunt înţelese şi aplicate potrivit cu principiile biblice, ele îţi pot face căsnicia mai satisfăcătoare şi mai stabilă, aşa cum au făcut-o, de altfel, în cazul nostru.

Pe măsură ce prezentăm ceea ce am învăţat noi, eu (Barb) mă voi strădui din răsputeri să-l împiedic pe Walt să se adâncească prea mult în ceea ce eu aş numi „ştiinţă seacă”. Nu de puţine ori trebuie să-i reamintesc să nu se arunce în PMI – prea multă informaţie. Şi chiar dacă am avut şi eu contribuţia personală la fiecare parte a acestei cărţi, Walt va rămâne principalul narator, în numele simplităţii. Atunci când voi simţi nevoia să adaug anumite comentarii specifice din punctul meu de vedere, vei descoperi gândurile mele scrise cu litere italice, la fel ca acest pasaj, ca să îţi dai seama cine face unul sau altul dintre comentarii.

Împreună, am căzut de acord că dorim să îţi oferim suficiente informaţii pentru a te ajuta să îţi înţelegi partenerul, dar totodată suficiente sfaturi care să te ajute să aplici aceste informaţii cât mai eficient la căsnicia şi la relaţiile tale. Totuşi îţi oferim suficiente referinţe la sfârşitul cărţii astfel încât cei care sunt avizi după detalii

suplimentare să poată găsi informaţii în plus din domeniul cercetării şi al teologiei aplicate.

Cu toate că eu consider că experienţa prin care am trecut noi este una tipică şi aplicabilă la majoritatea bărbaţilor şi a femeilor, vom vorbi despre o mulţime de generalităţi. Deci, există posibilitatea ca ceea ce vom afirma să nu fie aplicabil 100% în cazul tău. Ia ceea ce îţi este de folos, iar peste restul poţi trece cu vederea.

Atunci când ne referim la bărbaţi sau la femei, la fete sau la băieţi, o vom face folosind expresia „majoritatea" şi aproape niciodată „toţi". Ne dăm seama că vor exista excepţii de la ceea ce afirmăm – poate chiar în viaţa şi în căsnicia *ta*. Dar te încurajăm să nu respingi chiar tot ceea ce am scris aici. Ţine cont de excepţii, dar continuă studiul şi găseşte-ţi plăcerea în a învăţa.

Dorinţa noastră este simplă: să te ajutăm să descoperi valoarea partenerului tău (sau al viitorului partener) precum şi modul în care a fost creat şi diferenţele unice ale acestuia. Obiectivul nostru este să te ajutăm să îţi întăreşti căsnicia, ajutându-i pe bărbaţi să înţeleagă creierul soţiei lor şi ajutându-le pe femei să înţeleagă creierul soţului lor astfel încât tu şi partenerul tău să-L puteţi sluji cât mai bine pe Dumnezeu şi pe alţii într-un mod mult mai eficient decât aţi putea-o face vreodată separat. Atunci când devii o persoană care iubeşte şi apreciază diferenţele dintre creierul său şi cel al partenerului său, diferenţe extraordinare pe care le-a conceput Dumnezeu (*datorită* acestor diferenţe, şi nu doar *în ciuda* lor), vei avea un fundament mai puternic pentru o dragoste trainică.

Dacă nu înţelegem şi nu apreciem ca daruri şi puncte tari aceste diferenţe ce există la nivelul creierului şi pe care le-a conceput Creatorul nostru, ne putem trezi că dăm glas gândurilor lui Katherine Hepburn: „Uneori mă întreb dacă bărbaţii şi femeile se potrivesc în vreun fel unul cu celălalt. Poate că ar trebui să locuiască în apartamente alăturate şi să se viziteze doar din când în când". 1

Rugăciunea noastră este ca această carte să fie o

încurajare imensă pentru tine şi pentru partenerul tău de viaţă şi să vă găsiţi plăcerea citind-o împreună. Cea mai mare speranţă a noastră este ca Dumnezeu să folosească principiile Sale şi Cuvântul Său pentru a te învăţa şi a te stimula să îl înţelegi şi să îl abordezi pe partenerul tău ca fiind darul unic şi creat într-un mod special, aşa cum a fost menit să fie.

Pe măsură ce parcurgi această carte, pe măsură ce meditezi la principiile enunţate pe paginile ei şi pe măsură ce îi cercetezi afirmaţiile în lumina Scripturii, aşteaptă-te să-L vezi pe Creatorul creierului masculin şi al creierului feminin începându-şi lucrarea în creierul *tău*, în mintea *ta* şi în inima *ta*. Pe măsură ce aplici sfaturile pe care ţi le oferim în această carte şi pe măsură ce alegi să le implementezi în viaţa ta, aşteaptă-te să-ţi vezi căsnicia cum începe să se schimbe.

Fii gata să fii luat (a) prin surprindere. Fii gata să râzi. Dar, mai mult decât orice altceva, fii gata să aplici aceste principii – de dragul tău, de dragul căsniciei tale, de dragul copiilor tăi, dacă ai fost binecuvântat cu ei, şi spre slava lui Dumnezeu.

PARTEA 1

Creierul lui, *creierul ei*

Informaţii ştiinţifice

Concepuţi de Dumnezeu în moduri diferite

Chris, un bun prieten de-al nostru, ne-a vizitat într-o sâmbătă dimineaţa şi am petrecut puţin timp împreună la o ceaşcă cu cafea. Chris şi soţia lui, Sherri, erau căsătoriţi de aproximativ şase luni. Ne-a ales pe mine şi pe Barb să le fim mentori maritali, aşa că ne-am întâlnit cu ei în perioada logodnei şi am continuat seria întâlnirilor şi după căsătorie. După ce am schimbat câteva impresii cu privire la sezonul pe care-l aveau fotbaliştii de la Denver Broncos, Chris a adus vorba despre căsătorie.

— Walt, a început el, când eu şi Sherri v-am întâlnit pe tine şi pe Barb, înainte să ne căsătorim, ne-aţi învăţat câte ceva despre diferenţele care există între bărbaţi şi femei şi între creierul unuia şi creierul altuia. Am înţeles

ce aţi spus, dar nu mi-am dat seama cât de important este, de fapt, acest lucru.

— În ce sens? l-am întrebat eu.

— Păi nici nu ştiu de unde să-ncep. Suntem diferiţi în *atât* de multe privinţe. Când vine vorba despre sex, lui Sherri îi place un preludiu lent de jumătate de oră. Pentru mine, e suficient un preludiu care să dureze cam cât îmi ia să sting becul din dormitor. Mie îmi place să urmăresc meciuri de fotbal american şi la emisiunea *The Unit*, iar ei îi place să se uite la *Dancing with the Stars* şi cam la toate emisiunile de pe HGTV.

Chris sorbi o gură de cafea, iar eu păstram tăcerea, ştiind că povestea nu avea să se oprească aici.

— Când îi scriu un bileţel lui Sherri, nu notez decât ce e esenţial – ceea ce trebuie să ştie ea. Când îmi scrie Sherri mie un bileţel, foloseşte hârtie colorată şi parfumată şi desenează punctele pe *i* în formă de inimioară. Dar chiar şi atunci când îmi scrie câte ceva în spirit critic, trebuie să-şi încheie bileţelul cu un zâmbilici. *Urăsc* chestiile astea! Şi ştii ce-i mai rău? Se aşteaptă să-mi scriu şi eu bileţelele la fel ca ea.

Îmi părea tare îngândurat, dar a continuat.

— Şi mai e ceva ce mă roade. Când zic că sunt gata de plecare, chiar sunt gata să ies pe uşă în secunda aceea. Ei, când spune Sherri că e gata, înseamnă că va fi gata cam într-o oră – după ce-şi termină de aranjat părul şi machiajul şi după ce îşi mai schimbă de vreo două-trei ori hainele.

— Să nu mai vorbim despre baie, continuă Chris. Eu am cel mult şase obiecte personale în baie – spuma de ras, lama de ras, periuţa de dinţi, pasta de dinţi, un săpun şi deodorantul. Dar Sherri are pe puţin şaizeci! Dintre care vreo cincizeci nici măcar nu ştiu pentru ce sunt.

— Şi, Walt, spune tu, telefonul celular nu este un instrument de comunicare? Eu îl folosesc pe al meu ca să comunic diferite informaţii prin apeluri şi prin mesaje scurte sau pentru a obţine un răspuns legat de o problemă. Sherri îşi foloseşte celularul ca să stea la poveşti vreo două

ore cu o prietenă *după* ce au luat prânzul împreună în aceeaşi zi!

Până la urmă s-a oprit, aşa că mi s-a ivit şi mie ocazia spun câte ceva.

— Deci, Chris, ce înseamnă toate astea pentru tine?

A sorbit gânditor din cafea şi a început să dea din cap.

— Aveai dreptate când mi-ai spus că bărbaţii şi femeile sunt *atât* de diferiţi. Acum trebuie să mă gândesc ce se poate face în această privinţă.

Vedem lucrurile diferit!

Un profesor de limba engleză a scris pe tablă următoarele cuvinte:

Femeia fără bărbatul ei este nimic

Profesorul i-a rugat apoi pe studenţi să pună semnele de punctuaţie.

Majoritatea bărbaţilor au scris:

Femeia, fără bărbatul ei, este nimic.

Dar iată ce au scris majoritatea femeilor:

Femeia: fără [ea], bărbatul ei este nimic! 1

Nu e doar imaginaţia noastră!

Chris are dreptate. Chiar şi fără dovezi ştiinţifice, marea majoritate dintre noi ne-am dat seama de faptul că bărbaţii şi femeile *sunt foarte* diferiţi. Un sondaj on-line a adresat întrebarea simplă dacă oamenii sunt de acord cu afirmaţia: „Bărbaţii şi femeile sunt foarte diferiţi”. 70% dintre persoane au bifat: „Categoric!”, 18% au optat pentru „Nu chiar. Astea-s poveşti.”, iar 12% s-au oprit la varianta: „Nu sunt niciodată pe deplin convins că e aşa”. 2

De exemplu, prietenele mele v-ar povesti despre faptul că soţii lor sunt uneori neatenţi şi nepăsători, că nu îşi fac timp să le asculte aşa cum le-ar plăcea, că se gândesc mult prea mult timp la sex şi la sport, că nu au atâta compasiune câtă ar trebui să aibă, că îşi doresc, mai degrabă, să facă sex decât dragoste şi că nu pun capacul de la toaletă la loc, aşa cum ar trebui s-o facă.

Pe de altă parte, eu îi aud adesea pe prietenii mei cum se plâng de modul în care conduc soţiile lor maşina,

de faptul că ele nu pot citi o hartă dintr-o privire şi că vorbesc şi plâng mult prea mult, că nu îşi pot explica intuiţiile, că ele nu iniţiază suficient de des un act sexual şi că lasă jos capacul de la toaletă când e evident că ar trebui să rămână ridicat.

În cartea *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps* [De ce bărbaţii nu ştiu asculta şi femeile nu se descurcă cu o hartă], autorii Barbara şi Allan Pease observă următorul lucru:

Bărbaţii nu reuşesc niciodată să găsească o pereche de şosete, dar CD-urile şi le păstrează în ordine alfabetică. Femeile găsesc întotdeauna cheile de la maşină care s-au pierdut, dar de prea puţine ori reuşesc să găsească cel mai scurt traseu care să le ducă la destinaţie. Bărbaţii se minunează de faptul că o femeie poate intra într-o încăpere ticsită de oameni şi ţi-ar putea comenta câte ceva despre absolut fiecare persoană prezentă; iar femeilor nu le vine să creadă cât de neatenţi pot fi bărbaţii.3

Diferenţele acestea nu sunt chestiuni pe care ni le imaginăm. Nu sunt alegeri voite pe care le facem doar pentru a-l agasa pe celălalt. Nu se datorează pur şi simplu unor capricii ale personalităţii. Multe, dacă nu majoritatea dintre aceste diferenţe, au legătură cu modul distinct în care funcţionează creierul bărbatului şi creierul femeii.

O grămadă de studii asupra creierului publicate în ultimii douăzeci de ani dezvăluie existenţa unor diferenţe izbitoare de ordin anatomic, chimic, hormonal şi fiziologic între creierul bărbatului şi cel al femeii. Aceste diferenţe influenţează sentimentele, gândirea şi comportamentul copiilor şi al adulţilor. Aceste diferenţe sunt atât de profunde, încât i-au determinat pe Anne Moire, PhD, specialistă în genetică, şi pe David Jessel, jurnalist, să-şi înceapă cartea *Brain Sex: The Real Difference Between Men and Women* [Sexul creierului: adevărata diferenţă dintre bărbaţi şi femei] cu această afirmaţie provocatoare: „Bărbaţii sunt diferiţi de femei. Ei sunt egali doar prin apartenenţa comună la aceeaşi specie, cea umană. A susţine că ei sunt identici în ce priveşte aptitudinile,

abilităţile şi comportamentul este totuna cu a construi o societate bazată pe o minciună de ordin biologic şi ştiinţific”. 4

Diferenţele dintre noi: plăsmuite în pântecele mamei

Şi atunci, dacă există atât de multe diferenţe între creierul bărbatului şi cel al femeii, sunt aceste diferenţe înnăscute sau dobândite? Sunt creierul masculin şi cel feminin diferiţi prin natură sau prin educaţie? Sunt diferenţele dintre noi proiectate sau derivate?

Răspunsul pe care-l oferim noi la aceste întrebări este simplu: creierul masculin şi cel feminin nu sunt doar diferiţi; ei au fost *plănuiţi* de către Creatorul nostru să fie diferiţi. Creierul masculin şi cel feminin sunt, încă de la naştere, atât de net diferiţi, încât Simon Baron-Cohen, PhD, neuropsiholog la Universitatea Cambridge, le numeşte chiar „diferenţe semnificative” 5.

Există dovezi ştiinţifice ample care susţin faptul că multe dintre diferenţele sesizabile dintre creierul masculin şi cel feminin sunt înnăscute. Louann Brizendine, MD, neuropsihiatru în cadrul University of California, San Francisco, şcoala de medicină, scrie următoarele: „Nu există creier unisex. Fetele vin pe lume setate deja ca fete, iar băieţii vin pe lume setaţi deja ca băieţi. Creierul lor diferă încă de la naştere”. 6

Într-un limbaj surprinzător de transparent, Anne Moir, PhD, a scris: „Nou-născuţii nu sunt *tabula rasa*... Ei se nasc cu o minte masculină sau cu una feminină bine conturată. Cu alte cuvinte, îşi formează mintea încă din pântecele mamei, departe de mulţimea de proiectanţi sociali care îi aşteaptă nerăbdători”. 7

Singura noastră obiecţie la concluzia trasă de dr. Moir este aceea că, înainte de a se naşte, copiii nu îşi formează mintea încă din pântecele mamei. Ci că, mai degrabă, creierul împreună cu întregul sistem nervos al unui copil nenăscut este plăsmuit şi ţesut în pântecele mamei sale. Sau cum observa regele David:

Tu [Dumnezeu] *mi-ai întocmit rărunchii, Tu m-ai ţesut în pântecele mamei mele*.

Te laud că sunt o făptură aşa de minunată.

Minunate sunt lucrările Tale, şi ce bine vede sufletul meu lucrul acesta!

Trupul meu nu era ascuns de Tine, când am fost făcut într-un loc tainic, ţesut în chip ciudat, ca în adâncimile pământului.

Când nu eram decât un plod fără chip, ochii Tăi mă vedeau.3

După cum vom descoperi împreună, o mulţime de diferenţe sunt observate extrem de devreme în cursul dezvoltării – chiar din pântece. Şi fiecare mămică care citeşte această carte şi care a crescut un băiat şi o fată, a observat aceste diferenţe în propria ei experienţă! Cu toate că unii cercetători afirmă insistent că diferenţele numeroase pe care le observăm între bărbaţi şi femei sunt rezultatul „educaţiei mai presus de natură" (educaţia însemnând diferenţele bazate pe cultură, pe socializare, pe învăţare sau pe experienţă), există un singur lucru care poate zdruncina din temelii această iluzie, şi anume acela de a avea propriii tăi copii.

Marc Breedlove, PhD, expert în efectul hormonilor asupra dezvoltării creierului, a fost la rândul lui un adept al teoriei „educaţia mai presus de natură" – cel puţin până când a avut o fiică. A fost surprins să observe că aceasta nu manifesta niciun fel de interes pentru jucăriile fraţilor ei mai mari. A fost şocat că încă înainte să înveţe să vorbească, fetiţei îi plăcea să cotrobăiască prin dulapul mamei şi să se încalţe cu pantofii acesteia. La şase ani, fiica lui Breedlove a refuzat să mai îmbrace pantaloni şi îşi dorea să poarte doar rochiţe. Drept urmare, Breedlove „spune că nu au copii când vorbeşte despre oamenii care consideră că «societatea singură îi transformă pe copii în roluri de gen.» „9

Efectul testosteronului asupra creierului

Dar ce ştim cu privire la procesele intrauterine care fac ca fetiţele să fie fetiţe şi băieţii, să fie băieţi? în ultimele două decenii, am aflat mai multe lucruri decât ne-am fi putut imagina vreodată şi totul începe cu hormonul

masculin numit testosteron.

Cred că toţi am auzit glume pe seama hormonilor feminini. Ştim cât de vizibil le afectează aceşti hormoni pe femei. Am văzut cu toţii cum îşi dau bărbaţii ochii peste cap şi bombăne cu jumătate de gură: „Hormonii femeilor!” când viaţa împreună cu o femeie li se pare grea. Dar daţi-mi voie să vă spun un lucru: ce le pricinuiesc hormonii feminini fetelor este nimic comparativ cu ce face hormonul masculin, testosteronul, cu creierul şi cu trupul unui băiat nenăscut în pântecele mamei lui!

Cam pe la şase săptămâni de sarcină, hormonii masculini ai unui băieţel nenăscut (numiţi *androgeni*) încep să acţioneze. Un anumit androgen, testosteronul, devine mesagerul principal pentru creierul şi pentru corpul băieţelului nenăscut. „Există o concentraţie de vârf a testosteronului în cazul feţilor masculini […] care este foarte importantă pentru comportamentul lor sexual viitor”, scrie dr. Sophie Messager din partea Paradigm Terapeutics, din Cambridge, Anglia. „Dacă este blocată acţiunea acestui androgen, şobolanii masculini se vor comporta ca nişte femele pentru tot restul vieţii”. 10

Testosteronul este cel care comandă întregului echipament potenţial feminin să devină inactiv în timp ce stimulează echipamentul masculin (cum ar fi organele genitale masculine) să se dezvolte nebuneşte. În plus, testosteronul are un efect incredibil asupra musculaturii scheletice a băieţelului – determinând membrele să se contracte, să înghiontească şi să izbească aproape continuu.

Acelea dintre noi care am născut şi, apoi, am crescut băieţi, vă putem spune că ei se află permanent *în mişcare şi înainte şi după naştere*! *Mare parte din această activitate a lor se datorează testosteronului care, de asemenea, îngroaşă oasele în curs de dezvoltare ale băieţelului – chiar şi oasele craniului. Aşa că dacă ne auziţi pe noi, mămicile, că ajungem la concluzia că băieţii şi bărbaţii pe care-i creştem ajung să fie cam „căpoşi”, să ştiţi că exact aşa este*.

Nu numai organele genitale, muşchii şi oasele unui băiat sunt expuse intens la baia de testosteron care are loc în pântece, dar şi creierul lui iniţial feminin se transformă practic într-un creier masculin cu totul unic.11 Dacă creierul feminin în curs de dezvoltare nu este expus la testosteron, suferă o modificare de structură sau de funcţie foarte mică, însă, pentru băieţi, iureşul de testosteron este literalmente un proces de transformare a minţii!

De exemplu, corpul calos reprezintă formaţiunea cu cel mai mare volum care conectează cele două emisfere cerebrale. Această conductă de peste trei sute de milioane de fibre nervoase12 funcţionează ca un cablu impresionant care se descarcă rapid şi care permite ca cele două emisfere să comunice între ele şi să proceseze una pentru cealaltă. Torentul de testosteron, practic, determină reducerea în dimensiune a unor porţiuni din corpul calos prin dizolvarea unor porţiuni din conexiune sau prin scăderea ratei de creştere a neuronilor.13

La fetiţele nenăscute se întâmplă exact opusul. Expunerea la hormonul feminin, estrogenul, stimulează efectiv creşterea neuronilor şi stabilirea unor conexiuni în plus între cele două emisfere cerebrale. Corpul calos al unei fetiţe nu numai că este mai mare decât cel al unui băiat înainte de a se naşte, ci continuă să fie mai mare în copilărie14 şi la maturitate15.

În acelaşi timp, testosteronul determină modificarea definitivă a unor arii din cortexul cerebral masculin, prin conservarea celulelor nervoase care gândesc, dar reducând dezvoltarea acelor fibre care conectează centrele de procesare. Rezultatul? Soţia ta nu doar că va avea un corp calos mai dezvoltat decât al tău, dar are, în acelaşi timp, o putere de procesare subconştientă mult mai mare decât ai tu.

Nu sunt doar hormonii de vină

Hormonii masculini care îl inundă continuu pe copilul de sex masculin nenăscut şi hormonii feminini care îl saturează pe copilul de sex feminin nenăscut nu explică

toate diferenţele de dezvoltare între creierul masculin şi cel feminin. Există şi diferenţe de ordin structural şi genetic.

De vreme ce creierul unui bărbat este, în medie, cu 10% mai mare decât creierul unei femei, te-ai aştepta ca bărbatul să fie mai inteligent. Ei bine, nu este aşa. În general, femeile şi bărbaţii realizează scoruri identice la testele de inteligenţă. Pentru specialiştii în neuroştiinţe, acest aspect a constituit multă vreme un paradox. Cercetătorii de la University of Pennsylvania Medical Center au găsit o explicaţie. Raquel E. Gur, MD, PhD, profesor de psihiatrie şi de neurologie, a afirmat: „Creierul femeii pare să fie mai eficient decât cel al bărbatului în sensul că o creştere echivalentă de volum produce o creştere mai mare a capacităţii de procesare la femei decât la bărbaţi”. 16

În timp ce creierul bărbatului conţine aproximativ de 6, 5 ori mai multă substanţă cenuşie – „materia gândirii” – creierul femeii dispune de peste nouă ori mai multă substanţă albă – „materia procesării” 17. Un exemplu l-am observat în cazul corpului calos. Nu numai că femeile au o conexiune relativ mai mare între emisferele cerebrale, dar corpul calos al lor este alcătuit aproape exclusiv din substanţă albă. „Implicaţia faptului că femeile au mai multă substanţă albă care conectează cele două emisfere cerebrale o reprezintă faptul că ele vor avea o comunicare mai bună între diferitele moduri de a percepe şi de a se raporta la lumea din jur”, spune dr. Gur. „Pe de altă parte, bărbaţii”, care au un corp calos relativ mai mic şi care este format din mai puţină substanţă albă, „demonstrează o concentrare mai bună asupra activităţii în oricare dintre aceste moduri”. 18

Înţelegerea acestui fapt poate fi crucială în ce priveşte înţelegerea soţilor noştri-perseverenţa, statornicia, fermitatea şi onestitatea lor. Aceasta îi poate ajuta şi pe ei să ne înţeleagă şi să ne aprecieze – intuiţia şi modul în care putem citi oamenii!

Din punct de vedere genetic, Eric Vilain, PhD, care

conduce o cercetare în genetica dezvoltării sexuale umane în cadrul UCLA (Universitatea California, Los Angeles), a descoperit diferenţele care joacă un rol diferenţierea între creierul masculin şi cel feminin. El şi colegii săi au comparat producţia de gene în creierul masculin şi în cel feminin la embrioni de şoareci – mult înainte ca animalele să prezinte organe sexuale.19 Spre surprinderea lor, cercetătorii au descoperit cel puţin cincizeci şi patru de gene care sunt produse în cantităţi diferite în creierul masculin şi în cel feminin la şoareci, *înaintea* oricăror influenţe hormonale masculine. Optsprezece dintre aceste gene au fost prezente la niveluri mai mari în creierul bărbatului, în timp ce treizeci şi şase au fost la niveluri mai mari în creierul femeii.

„Nu ne aşteptam să găsim diferenţe genetice între creierul masculin şi cel feminin”, a spus dr. Vilain într-un interviu acordat unei emisiuni de ştiri. „Dar am descoperit faptul că creierul masculin şi cel feminin diferă în multe privinţe măsurabile, incluzând aspecte anatomice şi funcţionale”. 20 Cu toate că acest studiu a fost desfăşurat pe şoareci, cercetătorii cred că este foarte probabil ca observaţiile lor să fie valabile şi în ce-i priveşte pe oameni.

Studii adiţionale demonstrează că: „Genele aflate pe cromozomii sexuali contribuie direct la dezvoltarea unei diferenţe de gen la nivelul creierului”. 21 Pentru a înţelege acest impact, trebuie să recapitulăm câteva concepte fundamentale referitoare la cromozomii sexuali.

În momentul concepţiei, o pereche de cromozomi’ sexuali se replică în fiecare celulă a organismului nostru; câte unul de la fiecare părinte. Ca regulă generală, bărbaţii au un cromozom X şi un cromozom Y, iar femeile au doi cromozomi X. Pe măsură ce un băieţel începe să crească în pântecele mamei sale, planul său genetic începe să transmită un mesaj folosind cromozomii XY. Fetele fac acelaşi lucru, dar folosind cromozomii XX.

Multe dintre genele de pe cromozomul Y sunt implicate în diferenţierea şi în dezvoltarea masculină. Cromozomul Y care

’Cromozomul este o formaţiune în formă de baghetă sau de ghem care conţine ADN şi care este localizat în nucleul fiecărei celule din organism. determină sexul masculin este cel care iniţiază maratonul dezvoltării care îl diferenţiază pe un băieţel şi creierul lui de o fetiţă şi creierul ei. Cromozomul Y direcţionează ţesutul gonadic timpuriu al băieţelului să devină testicule – şi testiculele sunt principala fabrică de producere a testosteronului care impune dezvoltarea masculină la nivelul creierului şi al organismului unui băieţel nenăscut.

O femeie are în mod normal doi cromozomi X – unul de la mamă şi celălalt de la tată. Un singur cromozom X din fiecare celulă a femeii este activ, pentru că cel de-al doilea cromozom X este, de obicei, inactiv. Cercetătorii au descoperit că răspunsul creierului variază în funcţie de genele de pe cromozomul X care sunt inactivate.22 Circa una din cinci gene extrascapă de sub efectul inhibitor şi rămâne activă. În acest caz, celulele feminine respective vor primi o „doză dublă” de gene X. Se crede că aceste gene în exces sau de rezervă sunt utile în protejarea femeilor de o mare varietate de tulburări fizice, mentale sau comportamentale.23

Acest exces de gene are, de asemenea, efectul unei mai mari diversităţi genetice a creierului feminin. Maureen Dowd, jurnalistă la *New York Times*, scria: „Femeile nu sunt doar mult mai diferite de bărbaţi decât ne-am fi putut imagina. Femeile sunt mult mai diferite între ele însele decât se ştia până în prezent – sunt fiinţe de o «varietate infinită», după cum scria Shakespeare”. Dowd concluzionează: „Asta înseamnă că şi generalizările făcute de bărbaţi cu privire la femei sunt, la rândul lor, corecte. Femeile sunt imprevizibile, schimbătoare, perfide, hipersensibile, o specie diferită”. 24

În ceea ce priveşte avantajele celor doi cromozomi X, expertul în genom uman Huntington Willard, PhD, de la Duke University, spune: „Noi, sărmanii bărbaţi, nu avem decât 45 de cromozomi cu care să facem toată treaba, pentru că cel de-al 46-lea cromozom al nostru este jalnicul

Y care nu are decât câteva gene amărâte [...] Spre deosebire de ei, acum ştim că femeile au la dispoziţie 46 de cromozomi mari şi lăţi pe care îi pun la lucru, iar cel de-al 46-lea este un al doilea cromozom X care lucrează la o capacitate mai mare decât ştiam până nu demult". 25

Mai sunt multe de ştiut, poate multe detalii şi proprietăţi de adăugat – dar natura şi cauza diferenţelor dintre creierul masculin şi cel feminin sunt cunoscute în prezent dincolo de orice speculaţie, dincolo de orice prejudecată şi dincolo de orice îndoială justă.26

Anne Moire, PhD

Dr. Willard împreună cu Laura Carrel, PhD, expertă în biologie moleculară la Pennsylvania State University College of Medicine, a descoperit că un procent foarte mare, de 15% (200 – 300) din genele celui de-al doilea cromozom X al femeilor, considerate a fi inactive şi reprimate, sunt active, generând, în cazul femeilor, o activitate a genelor semnificativ mai mare decât în cazul bărbaţilor.27 Cei doi cromozomi X ai femeii sunt o altă parte a explicaţiei referitoare la modul în care comportamentele şi trăsăturile atât de diferite ale bărbaţilor şi ale femeilor sunt determinate la nivelul creierului, în afară de influenţele hormonale şi culturale asupra acestora.28

Planul lui Dumnezeu

De vreme ce este limpede că multe dintre diferenţele care există între creierul masculin şi cel feminin sunt veritabile şi înnăscute, următoarea întrebare logică este aceasta: „Care este originea lor?" Majoritatea studiilor publicate pe această temă par să considere că distincţiile şi deosebirile dintre creierul masculin şi cel feminin sunt pur şi simplu devieri şi diversităţi datorate procesului evolutiv. În schimb, noi avem convingerea că creierul masculin şi cel feminin nu doar că au fost concepuţi de Dumnezeu să fie încântător de diferiţi, ci, de fapt, sunt anume concepuţi în mod diferit. Fundamentul credinţei noastre se găseşte în cartea Genezei, unde Moise scrie următoarele:

Apoi, Dumnezeu a zis: „Să facem om după chipul Nostru, după asemănarea Noastră; el să stăpânească peste peştii mării, peste păsările cerului, peste vite, peste tot pământul şi peste toate târâtoarele care se mişcă pe pământ”. Dumnezeu a făcut pe om după chipul Său, l-a făcut după chipul lui Dumnezeu; parte bărbătească şi parte femeiască i-a făcut. Dumnezeu i-a binecuvântat şi Dumnezeu le-a zis: „Creşte-ţi, înmulţiţi-vă, umpleţi pământul şi supuneţi-l; şi stăpâniţi peste peştii mării, peste păsările cerului şi peste orice vieţuitoare care se mişcă pe pământ”. 29

Pare evident din acest pasaj că bărbaţii şi femeile au fost într-adevăr creaţi în mod egal după chipul lui Dumnezeu: „parte bărbătească şi parte femeiască z-a făcut. Dumnezeu z-a binecuvântat” (sublinierea ne aparţine).30 Punctul de vedere al Bibliei nu este acela că bărbaţii ar fi de pe Marte şi femeile, de pe Venus. Ci, mai degrabă, bărbaţii şi femeile au fost create cu multă dragoste pe pământ, după chipul lui Dumnezeu. Astfel, noi purtăm în cel mai tainic cotlon al fiinţei amprenta Creatorului nostru.

Biblia clarifică, în acelaşi timp, faptul că „egal” nu este sinonim cu „la fel”. Bărbaţii şi femeile au fost creaţi egali, dar nu au fost creaţi la fel sau în acelaşi mod. Am fost creaţi diferiţi şi în mod diferit – cu alte cuvinte, bărbaţii şi femeile sunt plăsmuiţi în mod diferit şi concepuţi să fie diferiţi.[1]

Diferiţi încă din prima zi

Diferenţele genetice, cele hormonale şi cele create din creierul lui şi al ei apar cu mult timp înainte de naştere şi înainte ca socializarea să poată avea vreun rol. Diferenţele ce rezultă din aceasta pot fi observate încă în perioada intrauterină, în fragedă pruncie, în copilărie şi până la anii maturităţii.

De exemplu, în secţiile de neonatologie şi la copilaşii de un an, s-a observat faptul că fetele stabilesc un contact vizual mult mai frecvent cu adulţii decât băieţii de aceeaşi

1 Vom explica acest lucru în detaliu în capitolul 13.

vârstă.31 Diferenţele devin şi mai evidente pe măsură ce copiii cresc şi se dezvoltă. În perioada preşcolară, dacă se aduce o jucărie nouă la locul de joacă, băieţii renunţă invariabil la orice activitate în care ar fi fost implicaţi până atunci şi se duc imediat să o analizeze îndeaproape. Totuşi, dacă sosesc noi copii la locul de joacă, vei vedea că se duc să-i întâmpine mai degrabă fetiţele, decât băieţii.32 Mai mult, în comparaţie cu băieţii, fetele învaţă mai devreme să vorbească, cunosc mai multe cuvinte, îşi aduc mai bine aminte de ele, fac mai puţine pauze şi pronunţă cu uşurinţă cuvintele greu de rostit.33

Harriet Wehner Hanlon, PhD, şi asociaţii ei de la Virginia Tech University au examinat activitatea cerebrală a peste cinci sute de copii cu vârste cuprinse între două luni şi peste şaisprezece ani şi au ajuns la concluzia că ariile cerebrale implicate în limbaj, în memoria spaţială, în coordonarea motorie şi în interacţiunea cu alte persoane se dezvoltă într-o ordine, într-un timp şi într-o proporţie diferite la fete comparativ cu băieţii.34 Aceste diferenţe se manifestă în multe moduri. De exemplu, vorbirea este foarte importantă în relaţiile de prietenie ale femeilor de orice vârstă. Medicul şi psihologul Leonard Sax, MD, PhD, observă că: „Semnul care marchează o prietenie cu adevărat strânsă între două fete sau între două femei este faptul că ele îşi împărtăşesc secrete pe care nu le spun nimănui altcuiva”. 35 Pe de altă parte, băieţii nu petrec prea mult timp stând de vorbă unul cu celălalt şi nici nu doresc să-şi afle secretele unul altuia. Este mult mai probabil că vor construi machete, că vor mânui jucării sau că vor juca jocuri video.36

Aceste diferenţe dintre modul în care este conceput creierul celor două sexe se compensează de-a lungul timpului? De obicei, nu. Femeile şi bărbaţii îşi păstrează caracteristicile cerebrale unice o viaţă întreagă. Există avantaje şi dezavantaje ale acestor diferenţe. De exemplu, femeile îşi adună forţele şi găsesc consolarea în prieteniile intime şi în conversaţie. Atunci când fetele şi femeile sunt stresate, vor alerga adesea una la cealaltă pentru sprijin şi

mângâiere.37 Bărbaţii, nu. Când băieţii şi bărbaţii sunt stresaţi, ei vor dori, de obicei, să se implice într-o activitate fizică sau vor dori să fie lăsaţi în pace.38

Cercetătorii încep să recunoască faptul că aceste diferenţe nu sunt rele în sine, ci bune. Ruben C. Gur, PhD, afirmă: „Majoritatea acestor diferenţe sunt complementare. Ele cresc şansele ca bărbaţii şi femeile să se apropie unii de ceilalţi. Sunt utile pentru întreaga specie". 39 Pentru noi, aceste diferenţe indică, de asemenea, modul în care Dumnezeu ne-a proiectat şi ne-a creat.

Walt şi cu mine am observat multe diferenţe înnăscute între băieţi şi fete pe măsură ce copiii noştri, Kate şi Scott, au crescut. O îmbrăcam pe Kate în cea mai bună rochiţă a ei de duminică şi totul era desăvârşit când ajungeam la biserică. Scott, îmbrăcat şi el pentru acelaşi eveniment, rareori reuşea să ajungă până la maşină fără să descopere o baltă în care să sară sau un băţ care să-l atragă în cine ştie ce aventură.

În camera lui Scott era permanent un miros cam ciudat şi o dezordine de nedescris. Camera lui Kate era dezordonată din când în când, dar mirosea întotdeauna bine.

Lui Kate îi plăcea să se joace de-a mama şi de-a tata cu păpuşile şi scornea tot felul de poveşti complicate. Scott înhăţa toate păpuşile lui Kate şi le aşeza în poziţie de luptă unele împotriva altora. Apoi, le lăsa fără cap, fără mâini sau fără picioare.

Kate a început să se gândească la viitorul ei soţ de la o vârstă foarte fragedă. La aceeaşi vârstă, Scott era de părere că fetele aveau păduchi şi că era cel mai bine să n-ai nimic de-a face cu ele.

La o vârstă chiar şi mai fragedă, Kate vorbea deja în propoziţii complete. La aceeaşi vârstă, Scott nu ştia decât să scoată tot felul de sunete care imitau mitraliera sau bombele care explodau.

Ne-a fost foarte clar atunci că aceste diferenţe dintre Kate şi Scott nu sunt rezultatul culturii, al mediului sau al

socializării – nu erau rezultatul modului în care au fost crescuţi sau al modelelor pe care le-au văzut în casa noastră. Părinţii noştri au observat aceleaşi trăsături la noi, iar noi încă le vedem în fiecare.

Eu mă îmbrac într-o rochie specială de duminică pentru a merge la biserică şi va rămâne curată şi apretată şi când vom ajunge acolo. Dar nu ştiu cum se face că Walt nu reuşeşte decât rareori să treacă prin garaj fără să se apuce să meşterească ceva şi, ca un făcut, mereu se alege cu câte-o pată sau cu ceva murdărie pe costum.

Bine, bine, recunosc, partea mea de dulap este mai dezordonată şi înăuntru se simte un iz de şosete umede – în timp ce partea lui Barb este ordonată şi miroase întotdeauna frumos. Iar dacă se întâmplă cumva ca Barb să râgâie din greşeală (mă rog, să eructeze), ea se simte stânjenită şi întotdeauna trebuie să îşi ceară scuze. Eu nici nu prea bag de seamă când îmi scapă vreun râgâit sau vreun vânt – cu toate că Barb le sesizează chiar dacă e în cealaltă parte a încăperii.

Şi acum mă întâlnesc mai des cu prietenele mele decât Walt cu prietenii lui. Mie îmi place să stau la poveşti cu ele. Lui Walt îi plac conversaţiile scurte, gălăgioase şi mai violente cu prietenii lui. Mie îmi plac oamenii – Walt este atras de proiecte.

Ah, ce diferiţi suntem! Şi eu, şi Barb am ajuns nu doar să înţelegem acest lucru, dar şi să apreciem aceste diferenţe care există între creierul ei şi al meu. Noi le considerăm ca fiind parte a planului lui Dumnezeu – diferenţe care sunt create şi ţesute împreună înainte ca noi să fi respirat pentru prima oară.

Pe măsură ce le împărtăşeam prietenilor noştri Chris şi Sherri ceea ce am învăţat, au ajuns să aprecieze diferenţele profunde dintre modul în care a fost proiectat creierul lui şi creierul ei. Acum, în loc să spună: „Trebuie să mă gândesc la ce se poate face în această privinţă”, Chris zâmbeşte şi spune: „*Vive la différence*!” înţelegerea acestor diferenţe are drept urmare consolidarea căsniciei lor de opt ani. Iar noi credem că acest lucru va fi de folos şi

căsniciei tale.

Diferiţi precum ziua şi noaptea

Ori de câte ori am avut ocazia să particip la operaţiile pe creier efectuate asupra unuia dintre pacienţii mei, nu am lipsit! Sunt fascinat de creier şi de alcătuirea lui uimitor de complexă şi de încurcată. Totuşi, când arunci o privire în interiorul calotei craniene, pur şi simplu nu-ţi poţi da seama dacă ai de-a face cu un creier masculin sau cu unul feminin – sau cel puţin nu doar aruncând o simplă privire. Diferenţele sunt totuşi uriaşe şi se bazează în mare parte pe circuitele şi pe substanţele chimice pe care Creatorul nostru le-a ţesut împreună încă de când eram în pântece.

Cât timp am fos tstudent la medicină şi am învăţat despre CT, despre RMN sau despre scanări PET, subiectul neuroştiinţei mi-a stârnit mereu curiozitatea. Dar niciodată nu am considerat cunoştinţele despre creier ca fiind o unealtă în relaţii şi în căsnicie. Acest lucru *nu* se găsea pe ecranul meu radar – nu a fost nici măcar un gând care să-mi fi trecut prin minte.

Progresele importante făcute în studiul creierului şi în tehnicile imagistice din ultimii treizeci de ani au făcut neuroştiinţa

— Toate trei reprezintă teste imagistice neinvazive care pot fi folosite pentru a preleva fără a produce durere imagini obţinute prin secţionarea craniului şi imagini ale creierului şi se pot analiza imagini bisau tridimensionale. TC – tomografie computerizată; RMN – rezonanţă magnetică nucleară; şi PET tomografie cu emisie de pozitroni.

mai fascinantă decât a fost vreodată. Folosirea imaginii funcţionale specializate în studiul creierului (fli, FRMN şi scanări FPET”), înregistrând fluxul sangvin crescut care însoţeşte activitatea neuronală, le permite cercetătorilor să alcătuiască adevărate hărţi ale activităţii psihice. Drept urmare, oamenii de ştiinţă sunt doar la începutul înţelegerii diferenţelor dintre creierul femeii şi cel al bărbatului. Şi pentru a te ajuta să înţelegi unele

elemente fundamentale ale acestei noi ştiinţe şi să recunoşti impactul pe care îl au aceste diferenţe asupra relaţiilor şi a căsniciilor, va trebui să îţi prezint câteva structuri cerebrale şi câteva substanţe chimice.

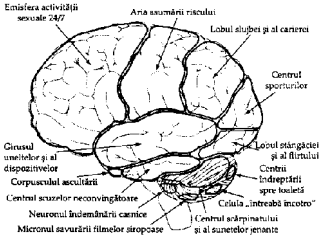

Figura 1 – Creierul lui.

'fli – CT funcţional; FRMN – RMN funcţional; şi FPET – PET funcţional.

Îl voi lăsa pe Walt să vă împărtăşească câteva informaţii ştiinţifice, dar promit să nu îl las să se complice prea mult! *Şi mă voi abţine să fac glume de genul*: *„Bărbaţii au doi creieri*: *unul l-au pierdut şi cel de-al doilea a plecat să-l caute pe primul – şi, desigur, nu cere nimănui nicio indicaţie în ce direcţie ar trebui s-o apuce*!*" Pur şi simplu nu voi recurge la un astfel de umor de doi bani. Totuşi cred că schiţa cu datele neuroanatomice din Figura 1 este destul de corectă – ce părere aveţi*?

Ei bine, cred că este corect să privim şi în cealaltă parte a fileului, aşa că daţi-mi voie să vă prezint Figura 2, ilustraţia mea pentru creierul feminin.

Nora noastră, Jennifer, care îşi face doctoratul în neuroştiinţe, ne-a ajutat să desenăm aceste ilustraţii şi sperăm că v-au plăcut. Dar dacă

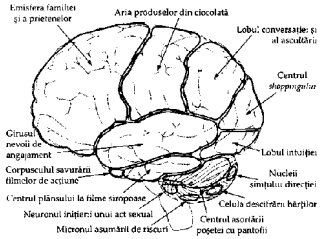
Emisfera familiei şi a prietenelor
Aria produselor din ciocolată
Lobul conversaţiei şi al ascultării
Centrul shoppingului
Girusul nevoii de angajament
Corpuscului savurării filmelor de acţiune
Centrul plânsului la filme siropoase
Neuronul iniţierii unui act sexual
Micronul asumării de riscuri
Lobul intuiţiei
Nucleii simţului direcţiei
Celula descifrării hărţilor
Centrul asortării poşetei cu pantofii

Figura 2 – Creierul ei.

vi se par suficiente informaţiile ştiinţifice, poate doriţi să treceţi rapid peste restul capitolului şi să analizaţi tabelele de la paginile 52, 55 şi 61 care vor rezuma informaţia pe care urmează să v-o prezinte Walt.

Pentru aceia dintre voi care sunteţi mai curioşi, daţi-mi voie să vă prezint o creaţie absolut minunată – creierul uman. Creierul poate procesa vorbirea, imaginile vizuale complexe şi un spectru foarte larg de sunete. El controlează temperatura corpului, tensiunea arterială, frecvenţa cardiacă şi respiraţia. Primeşte o cantitate imensă de informaţii despre lumea din jur prin intermediul diferitelor simţuri. Este cel care comandă mişcarea fizică atunci când umblăm, când vorbim, când stăm în picioare, când mestecăm, când înghiţim sau, pur şi simplu, când stăm pe scaun. Ne permite să gândim, să visăm, să medităm şi să trăim emoţii.

Creierul obişnuit cântăreşte circa 1500 g sau 2% din masa corporală, foloseşte 20% din oxigenul pe care-l inspirăm şi 25% din totalul caloriilor pe care le mâncăm. În plus, aproximativ 20% din totalul sângelui pompat de inimă ajunge la creier.1 Este alcătuit din o sută de miliarde de neuroni – un număr uimitor dacă e să ţii cont de faptul că se consideră că întreaga galaxie a Căii Lactee ar fi alcătuită cam din o sută de miliarde de planete şi de stele.

Creierul are nevoie de un flux sangvin continuu, de oxigen şi de calorii pentru a face faţă necesarului metabolic uriaş2 al celor 1014 sinapse sau conexiuni3 care operează cu viteza fulgerului. De fapt, s-a estimat că în creier se procesează I016 instrucţiuni pe secundă, ceea ce ar însemna de zece ori viteza teoretică a unui supercomputer din cele mai performante care nu poate procesa mai mult de I015 instrucţiuni pe secundă.4

Creierul este de-a dreptul uimitor!

Anatomia creierului pentru to (n) şi în ceea ce priveşte structura, putem considera că creierul este alcătuit din trei părţi principale: două – cortexul cerebral şi trunchiul cerebral – pot fi observate din exteriorul creierului (vezi Figura 3), iar cea de-a treia – sistemul

limbic – se află în interiorul acestuia (vezi Figura 4).

Trunchiul cerebral, incluzând cerebelul, este situat în porţiunea unde se îmbină craniul cu coloana vertebrală a gâtului. Aceasta este aria care reglează funcţii precum respiraţia, circulaţia şi digestia. Chiar şi atunci când anumite arii superioare ale creierului sunt distruse (cum se poate întâmpla în loviturile puternice sau în traumatismele craniene), trunchiul cerebral va continua, de obicei, să funcţioneze nestingherit. Se pare că această regiune a creierului este similară în mare parte la bărbaţi şi la femei. Dar, pe măsură ce urcăm la nivelurile superioare ale creierului, diferenţele sunt remarcabile.

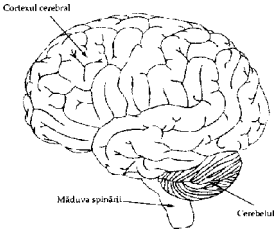

Figura 3 – Părţile componente ale creierului.

Sistemul limbic care este situat în profunzimea creierului şi s-a încolăcit în jurul trunchiului cerebral este conceput să ne ajute să reacţionăm la reacţiile senzoriale din lumea exterioară, în fiecare secundă, indiferent de faptul că dormim sau că suntem în stare de veghe, milioane de stimuli senzoriali care sunt înregistraţi de terminaţiunile nervoase de la nivelul pielii, al ochilor, al nasului, al urechilor şi al papilelor gustative (atingere, vedere, miros, sunet, gust) sunt procesaţi la nivelul sistemului limbic.

Atunci când stimulul este asociat cu o anumită emoţie, această „memorie emoţională” va fi imprimată în sistemul limbic. Dacă acel impuls stimulează memoria emoţională în mod repetat, sistemul limbic o va transmite mai departe la structurile superioare şi inferioare. Psihologul Turhan Cânii, PhD, a demonstrat faptul că femeile codifică amintirile folosind căi de transmitere diferite şi mult mai complexe decât căile

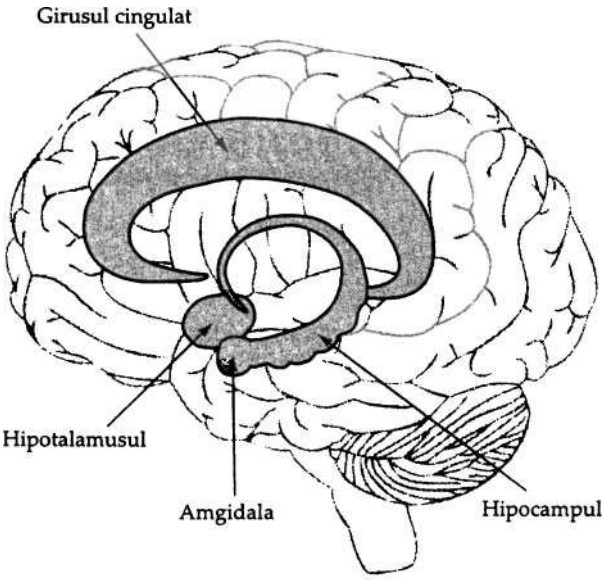

Figura 4 – Sistemul limbic.

folosite de bărbaţi. Drept urmare, femeile îşi pot aminti un fapt cu mai mare exactitate (comparativ cu bărbaţii), precum şi sentimentele şi senzaţiile care au fost provocate odată cu înregistrarea faptului respectiv.5

Cel puţin patru structuri majore ale sistemului limbic sunt diferite la bărbaţi comparativ cu cele ale femeilor – hipotalamusul, amigdala, hipocampul şi girusul cingulat. Ilustraţia din Figura 4 ne prezintă sistemul limbic.

Hipotalamusul reprezintă centrul sexual al creierului. După cum vă imaginaţi, această glandă de mărimea unei bile este foarte diferită în creierul lui comparativ cu cea din creierul ei. Hipotalamusul este foarte sensibil la acţiunea testosteronului şi are dimensiuni considerabil mai mari la bărbaţi decât la femei. Dimensiunea şi sensibilitatea acestei glande este o parte a motivului pentru care majoritatea bărbaţilor au dorinţe sexuale mult mai puternice decât femeile.

Hipocampul şi amigdala recepţionează, procesează şi stochează memoria emoţională. Amigdala amplifică amintirile care sunt plăcute sau care produc teamă. Ea

comunică hipocampului care amintiri trebuie stocate în acel loc, după care le înşiruie precum perlele pe un colier. Spre exemplu, nu te va lăsa să uiţi niciodată ce făceai pe 11 septembrie 2001.

Aceste două porţiuni din sistemul limbic sunt mult mai mari şi mai active la femei decât la bărbaţi şi, tot în cazul femeilor, sunt mult mai bine conectate cu centrii corticali de prelucrare verbală şi emoţională. De aceea, femeile fac conexiuni mult mai complexe între cuvinte, sentimente şi amintiri decât o fac bărbaţii. Drept urmare, e mai puţin probabil ca bărbaţii să-şi amintească experienţele lor emoţionale. În cazul bărbaţilor, aceste regiuni ale sistemului limbic sunt mult mai bine conectate cu măduva spinării decât cu cortexul cerebral. De aceea, ca răspuns la stimulii emoţionali, bărbaţii sunt mai puţin capabili şi e mai puţin probabil să-şi exprime sentimentele în mod verbal şi sunt mult mai înclinaţi să răspundă în mod fizic.

Girusul cingulat a fost descris drept „un important centru al emoţiilor din sistemul limbic” 6. În timp ce emoţia, intimitatea şi legătura afectivă au conexiuni neuronale şi chimice, precum şi transmitere în şi prin creier, girusul cingulat controlează acest proces. Girusul cingulat nu doar că este mai mare şi mai activ la femei, ci are mult mai multe conexiuni neuronale cu cortexul cerebral decât bărbaţii (în special cu ariile de procesare verbală şi emoţională din ambele emisfere corticale). Acest lucru explică tendinţa naturală a femeii de „îngrijire şi apropiere”, de purtare de grijă şi de exprimare a sentimentelor pe care le trăieşte.

Emisfera stângă	Emisfera dreaptă
Din punct de vedere fizic, controlează partea dreaptă a corpului.	Controlează partea stângă a corpului.
Partea „raţională” a	Partea creativă şi artistică a creierului.

creierului.	
Din punct de vedere mental, controlează logica, raţiunea şi vorbirea.	Din punct de vedere mental, controlează ideile şi imaginaţia.
Efectuează analiza specifică. Este partea „practică” şi „realistă” a creierului.	Efectuează gândirea holistică.
Evaluează detalii fine.	Evaluează imaginea de ansamblu.
Procesează gândirea liniară şi sarcini specifice.	Procesează gândirea spaţială şi multiprocesarea.
Îşi aminteşte, de exemplu, versurile unui cântec.	Îşi aminteşte, de exemplu, melodia unui cântec.

Tabelul 1 – Funcţia fiecărei emisfere.

Cortexul cerebral este cea mai înaltă porţiune a creierului (atât funcţional, cât şi anatomic, în poziţie ortostatică). Cortexul cerebral este responsabil de faptul că vedem, mirosim, gândim, ne amintim şi medităm. De asemenea, ne ajută la luarea deciziilor morale, la gândirea abstractă, la concepere, la idealizare, la stabilirea obiectivelor, la găsirea motivaţiei şi la multe alte funcţii umane superioare.

Aceste conexiuni complicate între corp, sistem limbic şi cortexul cerebral – şi diferenţele dintre modul în care se realizează aceste conexiuni în creierul masculin şi în cel feminin – sunt ceea ce ne afectează relaţiile şi căsniciile.

Cortexul cerebral este împărţit în două părţi, una stângă şi una dreaptă, numite emisfere. Fiecare emisferă are funcţii distincte, după cum am încercat să le rezum în Tabelul 1.

În plus, fiecare emisferă a creierului este împărţită, la rândul ei, în patru lobi – frontal, parietal, temporal şi occipital.

Lobul frontal se ocupă, în principal, de gândirea

raţională, de planificare, de vorbire, de mişcare (cortexul motor), de sentimente şi de rezolvarea problemelor.

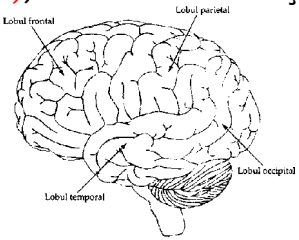

Figura 5 – Lobii corticali.

Lobul parietal este implicat în percepţia stimulilor tactili, a presiunii, a temperaturii şi a durerii.

Lobul temporal este implicat în percepţia şi în recunoaşterea stimulilor auditivi (auzul) şi în memorie.

Lobul occipital se găseşte în porţiunea posterioară a creierului şi este implicat în multe aspecte legate de vedere.

În plus, cortexul cerebral conţine două tipuri de materii sau substanţe. Substanţa cenuşie este locul în care se găseşte cea mai mare parte din energia şi funcţia de procesare ale creierului. Substanţa albă cuprinde fibrele lungi (axonii) care transmit semnale electrice în jurul creierului, dar şi spre şi dinspre organism.

Creierul masculin are mult mai multă substanţă albă care conectează centrii de gândire şi de reacţie din creier cu măduva spinării decât creierul feminin. De aceea, bărbaţii sunt concepuţi pentru reacţii fizice mai presus de reacţiile la nivelul gândului. Creierul feminin are mai multă substanţă albă implicată în conectarea celor două emisfere, motiv pentru care este mult mai bine concepută pentru sarcini multiple.

În capitolele următoare vom vorbi despre numeroasele moduri în care aceste diferenţe structurale ne afectează căsnicia. Dar înainte de a merge mai departe, haideţi să ne folosim de Tabelul 2 pentru a rezuma câteva dintre diferenţele structurale semnificative dintre creierul bărbatului şi creierul femeii.

Creierul masculin şi cel feminin sunt diferiţi din punct de vedere al construcţiei şi al compoziţiei chimice.

Cu cât femeile – şi cei care le iubesc – vor accepta şi vor aprecia mai repede modul în care aceste diferenţe neurologice le modelează comportamentul femeii, cu atât mai repede o vom scoate la capăt.7

Louann Brizendine, MD

Structura cerebrală	Creierul masculin	Creierul feminin
corpul calos	mai mic	mai mare
amigdala, hipocampul şi memoria emoţională	mai mici şi mai puţin conectaţi cu cortexul cerebral, dar mai bine conectaţi cu măduva spinării şi cu restul organismului	mai mari şi foarte bine conectate cu cortexul cerebral – mai ales cu centrii vorbirii din cortex
centrii vorbirii	puţini şi slab conectaţi	multipli şi puternic conectaţi
girusul cingulat şi emoţiile	mai puţin conectate cu cortexul cerebral, dar mai bine conectate cu măduva spinării	puternic conectate cu cortexul cerebral, dar mai puţin conectate cu măduva spinării
hipocampul şi centrii emoţionali din cortex	mici şi mai puţin conectate	mari şi puternic conectate

Tabelul 2

Diferenţele structurale între creierul masculin şi cel

feminin.

Chimie cerebrală pentru to (n) ţi

Nu doar că structura creierului masculin diferă de cea a creierului feminin, dar şi substanţele chimice din creierul nostru sunt uimitor de diferite. Substanţele chimice din creier au rolul de a transmite semnale dintr-o parte a creierului (sau de la un neuron) în cealaltă – sau de la organism la creier (şi viceversa). Peste şaptezeci de substanţe chimice diferite au un impact major asupra creierului, influenţând sentimentele şi reacţiile noastre. Două dintre categoriile mai interesante de substanţe chimice care influenţează creierul sunt hormonir şi

Hormonul este o substanţă chimică (de obicei, un peptid sau un steroid) care este produsă de un ţesut şi care este preluată de fluxul sangvin, având rolul de a influenţa activitatea fiziologică (cum ar fi creşterea sau metabolismul) unui alt ţesut.

neurohormonir care pot afecta creierul masculin şi cel feminin (şi sistemul nervos) în moduri foarte diferite.

Testosteronul

Principalul hormon sexual al bărbatului, testosteronul, afectează profund comportamentul şi dispoziţia acestuia. Dar ca reglator al dispoziţiei, testosteronul este minuscul pe lângă principalii hormoni ai femeii – estrogenul şi progesteronul. Desigur, testosteronul este hormonul cel mai mult asociat cu agresivitatea, cu competitivitatea şi cu hotărârea tipice bărbatului. Dacă unui bărbat pasiv i se administrează testosteron, acesta va deveni mai asertiv şi mai agresiv. Mai mult, competiţia creşte nivelul de testosteron, iar rivalitatea stimulează agresivitatea. Spre exemplu, nivelul de testosteron în rândul atleţilor atinge practic cele mai înalte concentraţii la sfârşitul unei competiţii, nu la începutul ei.8

Testosteronul, administrat unei femei, intensifică agresivitatea femeii, dar nu într-o proporţie echivalentă cu efectul obţinut în cazul unui bărbat, deoarece creierul masculin este conceput să fie mult mai sensibil la acţiunea acestui hormon. Nivelul testosteronului la femei (şi

apetitul ei sexual) creşte în perioada ovulaţiei. Această creştere durează circa 40 de ore. În schimb, nivelul testosteronului la bărbat este crescut în permanenţă.

De asemenea, testosteronul îl ajută pe bărbat să se concentreze asupra unui proiect, a unei competiţii, a unei misiuni sau a unei aventuri. Nu îl lasă să fie distras. Cercetătorii de la Georgia State University au descoperit că „înalţii performeri" testaţi în fiecare domeniu (lideri în mediul de afaceri, politicieni, sportivi şi aşa mai departe) au niveluri mai crescute de testosteron.9

În plus, testosteronul este cel care alimentează dorinţa de independenţă a bărbatului. Theresa Crenshaw, MD, expertă

Neurohormonul este un hormon secretat la nivelul sistemului nervos sau a cărui acţiune este orientată în mod specific la acest nivel. În farmacologie sexuală, scrie: „«Profilul de singuratic» al testosteronului este absolut crucial în înţelegerea modului în care sunt concepuţi bărbaţii [...] Testosteronul îl motivează pe un bărbat să urmărească separarea în moduri în care femeia nu o va face [...] Te face să-ţi doreşti să întreţii un raport sexual, dar în acelaşi timp te face să-ţi doreşti să fii singur". 11

Testosteronul este motivul pentru care creierul este mai puţin afectat de oboseală – şi totodată mai hotărât.10

Anne Moir, PhD

Atunci când o soţie spune: „Soţul meu nu e în toate minţile!" sau „Soţul meu este atât de independent!" sau „Soţul meu pur şi simplu nu e în stare să renunţe sau să se dea bătut!" ea nu face altceva decât să descrie efectele testosteronului. Acesta îi stimulează dorinţa de a reuşi şi de a-şi atinge scopul – de a întreţine şi de a proteja. îi stimulează dorinţa de a cuceri şi, uneori, de a fi singur. De asemenea, îl poate determina să devină defensiv şi să se înfurie dacă ea nu înţelege aceste caracteristici ale lui şi dacă nu ştie cum să-l abordeze.

Ocitocina

Acest hormon este adesea numit hormonul „dezmierdărilor" sau al „legăturii sufleteşti" pentru că este

descărcat în cantităţi mari atunci când doi se îmbrăţişează şi se cuibăresc unul în braţele celuilalt. Acest hormon creşte sensibilitatea la atingere şi sentimentele de legătură sufletească, în special la femei. Cu cât o persoană are concentraţii mai mari de ocitocină, cu atât va fi mai puţin agresivă şi mult mai empatică. Şi după cum vă puteţi probabil imagina, femeile tind să aibă o concentraţie de ocitocină mult mai mare decât bărbaţii.

Ocitocina stimulează la nivelul creierului feminin ceea ce biologii numesc comportamente de „îngrijire şi apropiere" (în opoziţie cu răspunsurile de tipul „luptă sau fugi" pe care le provoacă testosteronul la nivelul creierului masculin). Atunci când o femeie se simte foarte legată de cineva sau de ceva, acest sentiment este în mare măsură, determinat de ocitocină. Ocitocina este cea care creşte receptivitatea sexuală a femeii şi este, în parte, responsabilă de faptul că o femeie poate avea sentimente intense de satisfacţie în timpul şi imediat după un act sexual, chiar dacă ea nu a avut un orgasm.12 De asemenea, ocitocina intensifică sentimentele călduroase şi de grijă ale femeii faţă de copilul ei şi îi provoacă reflexul de curgere a laptelui atunci când alăptează. Atunci când o mămică îşi priveşte bebeluşul în ochi, concentraţia ei de ocitocină urcă la niveluri mult superioare celor pe care le prezintă bărbaţii, iar această afluenţă de ocitocină este extrem de plăcută pentru o femeie. De fapt, această infuzie de ocitocină „este resimţită în mod mai mult decât plăcut" de către o femeie, pentru că „şinele ei central, identitatea ei centrală, este extrem de împlinit" 13.

Există totuşi un moment când nivelul de ocitocină al bărbatului se apropie de cel înregistrat de femeie – în momentul şi imediat după orgasm în timpul unui act sexual. Acela este momentul *lui* de legătură sufletească, în care este inundat de acel sentiment de „bine" indus de ocitocină. Fenomenul de apropiere sufletească determinată de ocitocină se intensifică cu cât soţul petrece mai mult timp cu soţia sa. Concluzia este deci că monogamia, practic, poate creşte legătura sufletească şi loialitatea unui

bărbat faţă de soţia sa.

Vasopresina

Produsă la nivelul hipotalamusului, această substanţă chimică, împreună cu testosteronul, reglează „persistenţa sexuală, agresivitatea, manifestările ierarhice şi marcajele teritoriale” 14. Vasopresina poate, de asemenea, stimula apariţia comportamentului parental la bărbat.15 Unul dintre motivele pentru care bărbaţii au concentraţii mai mari de vasopresină decât femeile îl reprezintă faptul că cromozomul Y (prezent la bărbaţi, dar nu şi la femei) creşte densitatea fibrelor producătoare de vasopresină. În timpul preludiului sexual, vasopresina este secretată la bărbaţi, dar nu şi la femei (iar bărbaţii pot fi mulţumitori pentru aceasta, pentru că un nivel mai mare de vasopresină la femei practic le scade dorinţa sexuală).

[Vasopresină] este un alt motiv pentru care îngrijirea sugarilor nu este şi nu va fi niciodată monopolizată de bărbaţi. Şi nici elevii claselor întâi nu vor beneficia de mai mulţi învăţători decât de învăţătoare. Acele săli de clasă au nevoie de concentraţii crescute de ocitocină, nu de vasopresină. În sălile de clasă ale liceelor ai mai multe şanse să întâlneşti profesori bărbaţi, pentru că adolescenţii sunt deja mai independenţi şi, astfel, le poate fi util acel gen de provocare a agresivităţii pe care le-o poate oferi un bărbat.16 Michael Gurian

Serotonina

Serotonina are capacitatea de a ne calma. Bărbaţii au de obicei concentraţii mai scăzute de serotonină decât femeile, ceea ce reprezintă unul din motivele pentru care ei tind să se comporte în mod impulsiv şi să reacţioneze în mod fizic în proporţie mult mai mare decât femeile. Combinaţia dintre nivelurile scăzute de serotonină şi de ocitocină şi concentraţiile crescute de testosteron şi de vasopresină predispune bărbaţii din punct de vedere biologic să aleagă acţiunea înaintea dialogului.

Creierul şi dispoziţia unei femei sunt concepute să fie calmate de niveluri crescute de serotonină. Această substanţă, combinată cu niveluri mai crescute de

ocitocină, le face pe femei să devină mult mai dispuse şi mai capabile decât bărbaţii să stea liniştite şi să se angajeze în discuţii sau să îngrijească de copii.

Impulsivitatea domolită a serotoninei [...] oferă [femeilor] avantajul prin construcţie biologică, faţă de bărbaţi, de a considera comportamentele privind ataşarea şi îngrijirea mult mai împlinitoare.17 Michael Gurian

Estrogenul

Atunci când estrogenul inundă creierul unei femei, ea are un sentiment general de bine şi de mulţumire. Estrogenul are un efect liniştitor şi sprijină memoria. Concentraţia de estrogen creşte în timpul primei jumătăţi a ciclului menstrual, fiind motivul pentru care creierul femeii este mai alert şi mai sensibil la Stimuli. Estrogenul este motivul pentru care creierul ei are sentimente precum stimă de sine crescută, entuziasm, plăcere şi excitare sexuală. După cum observa Anne Moir, PhD, estrogenul este cel care face ca femeile „să fie mai eficiente în executarea de sarcini ce necesită mişcări rapide, îndemânatice şi fine, precum şi, desigur, în toate situaţiile care necesită fluenţă şi o bună articulare verbală". 18

Modificările hormonale suferite de femeie în timpul ciclului ei lunar, în preajma menopauzei sau la debutul menopauzei afectează direct funcţionarea creierului ei, în special în experienţele emoţionale. Aceşti hormoni îi influenţează nu doar sistemul limbic, dar şi neurohormonii şi funcţionarea creierului. Femeile, odată intrate în menopauză, au concentraţii mai reduse de estrogen, dar continuă să aibă acelaşi nivel de testosteron în organism, motiv pentru care, în mod natural, vor deveni mai agresive.

Progesteronul

Acest hormon face ca o femeie să aibă sentimente materne şi de grijă, oferindu-i un sentiment general de bine şi de satisfacţie. La fel ca şi estrogenul, are un efect liniştitor şi ajută memoria. Progesteronul are un efect relaxant, astfel că atunci când concentraţia sa scade brusc, cum se întâmplă chiar înainte de menstruaţia femeii (sau

după naşterea unui copil), femeia poate să se simtă mai agitată şi să aibă probleme cu somnul.19 în schimb, concentraţii mai ridicate de progesteron pot face ca creierul femeii să devină mai lent, fapt care se va traduce în scăderea libidoului şi într-o intensificare a depresiei. Aceasta se întâmplă în mod tipic în cea de-a doua jumătate a ciclului menstrual, când nivelul de progesteron este mai ridicat.

Hormonii controlează multe aspecte ale sănătăţii fizice şi mentale ale femeii. Femeile pot avea dispoziţii, nevoi, sentimente şi simptome din cele mai variate, în diferite momente – şi asta nu pentru că se străduiesc ele foarte tare să fie nişte fiinţe imposibile! Hormonii feminini schimbă literalmente modul în care funcţionează creierul lor. Atunci când hormonii o iau razna, aceştia pot declanşa orice – de la acnee şi insomnie până la scăderi ale memoriei şi la creşteri în greutate. E suficient să ruineze o zi din viaţa unui cuplu – ca să nu mai vorbim de faptul că generează o tensiune enormă în căsnicie.

Ce înseamnă toate acestea?

Tabelul 3 rezumă concentraţiile diferitelor substanţe chimice în creierul lui şi creierul ei. Aceste substanţe chimice afectează foarte mult modul în care funcţionează creierul masculin şi cel feminin.

Substanţe chimice	Bărbat	Femeie
ocitocină serotonină estrogen progesteron	scăzută	crescută
testosteron vasopresină	crescută	scăzută

Tabelul 3 – Concentraţia diferitelor substanţe chimice în creierul masculin şi în creierul feminin.

Structura şi funcţia de bază ale creierului masculin sunt stabilite încă din perioada intrauterină, când creierul este scăldat în testosteron. Apoi, testosteronul şi

vasopresina – toate crescute de cromozomul unic masculin Y – intervin în reglarea pornirilor masculine. Această combinaţie dintre structura creierului şi anumite concentraţii de substanţe chimice se traduce într-un creier predestinat competiţiei şi cuceririi.

În cazul femeilor, conexiunile din creierul ei, combinate cu niveluri crescute de ocitocină şi de un alt hormon asociat cu sentimentele pozitive, dopamina – mai ales în timpul unei conversaţii – rezultă în sentimente de plăcere intensă. Această combinaţie dintre structura creierului şi o anumită configuraţie a substanţelor chimice ne prezintă un creier preconectat pentru conversaţii şi pentru legături cu alţi oameni – îmbrăţişări, dezmierdări, romantism şi afecţiune.

Sperăm că această scurtă incursiune în neuroanatomie şi în chimia creierului masculin şi a creierului feminin v-a oferit câteva indicii ale impactului puternic pe care fiecare îl poate avea asupra stabilităţii, asupra vitalităţii şi asupra satisfacţiei care caracterizează căsnicia voastră. Ştiinţa ne arată limpede că există doi creieri complet diferiţi.

Unul este conceput pentru planuri şi pentru pacte – celălalt, pentru îngrijire şi pentru interrelaţionare.

Unul accentuează competiţia – celălalt, compasiunea şi grija.

Unul este orientat în spaţiu şi spre rezultate – celălalt este centrat pe conversaţii şi pe cooperare.

Unul este atras de proiecte – celălalt, de oameni.

Cercetătorii au descoperit multe, multe diferenţe între creierul masculin şi cel feminin – şi putem prezice că vor mai descoperi mii de alte diferenţe. De ce? Creierul masculin şi cel feminin sunt, în mod complex, concepuţi să fie încântător de diferiţi şi să reacţioneze în moduri aproape opuse.

Până în prezent s-au descris cel puţin o sută de diferenţe sexuale între creierul masculin şi cel feminin. Iar ele sunt în continuă creştere în urma studiilor care se efectuează pe animale şi pe oameni.20

Nancy G. Forger, PhD

E timpul să renunţăm la iluzia[2] că creierul masculin şi cel feminin sunt identici. Nu sunt şi nu au fost niciodată. Creierul masculin şi cel feminin sunt la fel de diferiţi precum ziua şi noaptea şi, cu toate acestea, noaptea şi ziua ne spun că lumea noastră se roteşte cum trebuie – exact aşa cum a intenţionat Dumnezeu să fie.

Iar acesta este un punct-cheie. Nu este un accident faptul că Dumnezeu a proiectat creierul masculin şi cel feminin să fie *foarte* diferiţi. Dacă învăţăm cum să înţelegem, să apreciem şi să ne bucurăm de aceste diferenţe, vom obţine multe beneficii care vor consolida relaţia noastră.

Concepţia că bărbaţii sunt de pe Marte şi femeile, de pe Venus descrie diferenţele dintre cele două sexe ca fiind exagerate. Cele două sexe sunt diferite, dar nu într-atât de diferite încât să nu ne putem înţelege unii pe ceilalţi.21

Simon Baron-Cohen, PhD

Poate acesta este motivul pentru care apostolul Petru îi învaţă pe soţi să „[locuiască] plini de înţelegere cu soţiile [lor]”. 22 Descoperind numeroasele şi încântătoarele diferenţe dintre creierul masculin şi cel feminin, soţii şi soţiile pot ajunge să se aprecieze şi să se înţeleagă unul pe celălalt. Acest lucru poate conduce la aşteptări mai realiste din partea celuilalt. Apoi, frustrarea, dezamăgirea şi mânia pot dispărea odată ce descoperim că este posibil să convieţuim plini de bucurie în căsnicie.

PARTEA 2

Creierul lui, *creierul ei*

Diferenţele

Diferenţe în modul în care percepem această lume

Barb şi cu mine suntem întotdeauna încântaţi să admirăm împreună curcubeul de pe veranda casei noastre. Curcubeul, care apare, de obicei, luminos şi reliefat pe norii întunecaţi de la răsărit, ne reaminteşte de dragostea eternă ce ne-o poartă Dumnezeu.1 De fiecare dată când descoperim curcubeul pe cer, suntem uimiţi de calităţile

2 Iluzia este o convingere fixată, eronată.

artistice şi glorioase ale lui Dumnezeu.2 Şi ne reaminteşte cât de diferit percep bărbaţii şi femeile lumea.

Femeile pot vedea culori şi texturi pe care bărbaţii nu le disting. Ele aud lucruri pe care bărbaţii nu le aud şi pot să simtă mirosul unor lucruri pe care bărbaţii nu le percep.3 Leonard Sax, MD, PhD

Când mă uit la un curcubeu, eu văd doar şapte culori (la fel cum le vedea şi Isaac Newton – roşu, oranj, galben, verde, albastru, indigo şi violet). Totuşi, Barb distinge, de obicei, opt sau nouă culori într-un curcubeu. Iar când căutam culori ca să ne zugrăvim dormitorul, Barb s-a oprit la o varietate de nuanţe de verde – verde-smarald, verde-jad, verde-crud, verde-măsliniu, verde lămâi şi vreo treizeci şi patru de alte nuanţe. Eu mă uit la culorile acelea şi nu văd decât nuanţe mai închise şi mai deschise de verde. Eu nu văd absolut nicio diferenţă între verde-pal şi verde-muşchi – dar niciuna! însă pentru femei, care au ceea ce cercetătorii numesc „tetracromie”,[3] diferenţa pe care o stabilesc între culori este uimitoare. Femeile tetracrome pot împărţi un curcubeu, în medie, în zece culori diferite.4

Diferenţe de văz

9

Există argumente biologice ce stau la baza acestor diferenţe. Retina recepţionează stimuli luminoşi pe care îi transmit, pe calea nervului optic, spre creier. Celulele în formă de bastonaşe ale retinei sunt fotoreceptori pentru alb şi pentru negru, în timp ce celulele în formă de conuri sunt specializate în recepţionarea culorilor. Femeile au un procent mai mare de celule cu conuri decât bărbaţii. Astfel că femeile pot distinge mai bine culorile în comparaţie cu bărbaţii. Nici nu e de mirare că atât de mulţi bărbaţi tind să asorteze aiurea cămaşa cu cravata şi cu şosetele!

Studiile au demonstrat faptul că băieţi sub şapte ani

---

3 Tetracromia este starea în care o persoană posedă patru canale independente pentru recepționarea informației culorilor sau posedarea a patru tipuri diferite de celule cu conuri, unul în plus față de cele trei normale (roșu, verde, albastru).

recepţionează mai puţine detalii senzoriale decât fetele de aceeaşi vârstă. Un studiu efectuat în Marea Britanie a analizat doar nou-născuţii cu vârste cuprinse între două şi patru zile de la naştere şi s-a descoperit faptul că fetele petrec de două ori mai mult timp în a păstra contactul vizual cu adulţii decât băieţii, indiferent dacă adultul tăcea sau vorbea.5 Mai mult, fetele în primele luni de viaţă observă şi urmăresc ochii unui adult mult mai des decât o fac băieţii6 şi stabilesc mai frecvent un contact vizual decât băieţii.7

Dar, la fel ca orice altă diferenţă între modurile în care au fost concepuţi bărbaţii şi femeile, există atât avantaje, cât şi dezavantaje – puncte tari şi puncte slabe. Să luăm, de exemplu, condusul maşinii pe timp de noapte. Ochii unui bărbat sunt mai bine echipaţi pentru vederea la distanţă, în condiţiile unui câmp vizual mai îngust – în special noaptea. Această abilitate, adăugată abilităţii sale spaţiale foarte pronunţate pe care i-o controlează emisfera cerebrală dreaptă, îi permite unui bărbat să recunoască şi să identifice vehiculele din trafic care se apropie de el mai rapid decât o poate face o femeie.

Noi, bărbaţii, vedem mai bine decât femeile la lumină puternică, dar tindem să distingem un câmp vizual mai îngust. Cu alte cuvinte, avem ceea ce cercetătorii numesc „vedere de tunel slabă – cu o mai mare concentrare în adâncime” 8 Acesta este probabil unul din motivele pentru care pietonii băieţi sunt mult mai des accidentaţi sau ucişi în urma accidentelor rutiere decât fetele, într-un raport de 2: 1. Iar acest lucru nu se datorează exclusiv faptului că băieţii sunt dispuşi să-şi asume mai multe riscuri (fapt care este, fără îndoială, adevărat), dar şi faptului că vederea lor periferică este mai puţin performantă comparativ cu cea a fetelor.9 Vederea mai cuprinzătoare a unei femei îi permite literalmente să cuprindă mai bine imaginea de ansamblu.10 Modul în care sunt concepuţi ochii ei pot, de asemenea, explica motivul pentru care şoferiţele sunt mai rar accidentate din lateral într-o intersecţie, comparativ cu şoferii de sex masculin.11

Aceste diferenţe în modul în care au fost concepuţi ochii masculini şi cei feminini explică totodată ceea ce s-a întâmplat într-o noapte când m-am dus să caut ceva în baie. Barb făcuse curat în baie, iar eu eram convins că ascunsese un lucru care era al meu. Pentru că nu-I vedeam nicăieri! Am chemat-o pe Barb şi am întrebat-o dacă mi-ar putea spune unde îl ascunsese. Ofensată de aşa-zisa mea orbire, a intrat hotărâtă în baie şi, apoi, ca prin minune, a înşfăcat acel lucru de pe măsuţa de toaletă – exact din locul în care-l lăsasem ultima oară!

La începutul căsniciei noastre, am fost convins că Barb se pricepe la scamatorii – făcea să apară de nicăieri tot felul de lucruri pe care le căutam disperat – nu conta că era vorba de frigider, de propriul meu birou sau de bancul meu de lucru din atelier. Hocus-pocus!

Creierul masculin înregistrează mai puţine detalii senzoriale decât cel feminin. Acesta este motivul pentru care noi nu observăm praful de pe mobilă, despre care se spune că ar fi un strat fin de particule care se depune peste tot. Bărbaţilor nu le pasă de ce se întâmplă în interiorul casei lor. Noi suntem concepuţi să fim mai preocupaţi de spaţii largi, cum ar fi garajul, aleea din faţa casei, curtea.12

Tom Purceii

Şurubelniţa, aţa dentară, pachetul de unt, cheile de la maşină, portofelul – şi ani la rând toate acestea erau de fapt acolo, chiar sub ochii mei. Doar că eu nu reuşesc să le văd, pe când Barb le vede. Cu vederea ei periferică mai dezvoltată şi distingând mai bine culorile, ea poate vedea întregul conţinut al frigiderului fără să-şi mişte capul. Eu, cu vederea mea în tunel, trebuie să-mi tot mişc capul sau ochii în sus şi în jos şi în toate părţile ca să pot localiza un obiect oarecare pe care-l caut.

Deficitul de vedere periferică pe care îl prezintă bărbaţii poate, de asemenea, explica de ce sunt surprinşi întorcând capul pentru a admira o femeie frumoasă. Bărbaţii şi femeile privesc în egală măsură la reprezentanţii mai atractivi ai sexului opus.13 Doar că

bărbaţii având această vedere de tunel relativă, trebuie să-şi întoarcă puţin capul şi, chiar dacă mişcarea este aproape imperceptibilă, sunt surprinşi aproape de fiecare dată.

Diferenţele dintre creierul masculin şi cel feminin în modul de percepţie nu se limitează la vedere, ci există şi în modul în care auzim, simţim, mirosim şi percepem gustul. Ne delectăm cu modul ironic în care Rick David descrie câteva dintre diferenţele biologice de percepţie dintre bărbaţi şi femei:

Creierul femeii, prin intermediul receptorilor olfactivi, pot simţi mirosul unei particule dintr-un miliard când vine vorba să detecteze un miros neplăcut. Până îşi dă şi bărbatul seama că duhneşte, e oricum prea târziu.

La femei, cortexul hipointerferus este extrem de dezvoltat. Această arie din creierul femeii îi stimulează dorinţa de a discuta chestiuni de familie în timpul ultimelor minute ale unui meci foarte disputat şi cu un scor foarte strâns, pe care-l urmărim la televizor.

„Lobul sanitar frontal" lipseşte cu desăvârşire la bărbaţi. „Talamusul termometrie" îi transmite femeii că ceva este întotdeauna în neregulă cu temperatura din cameră şi o face să o modifice prin orice mijloace.

„Glanda trage-pe-dreapta-că-fac-pe-mine!" se comportă ca un soi de radar la femei, determinând dorinţa imperioasă de a urina exact când trecem cu maşina prin zone rău-famate ale oraşului.14

Dacă ne aşteptăm ca partenerul nostru de viaţă să aibă simţurile noastre, vom avea parte de surprize foarte neplăcute.

Diferenţe de auz

Cercetătorii din cadrul University McMaster au descoperit faptul că femeile posedă o densitate mult mai mare de nervi într-o arie a creierului asociată cu procesarea şi cu înţelegerea limbajului.15 De exemplu, un studiu al imagisticii cerebrale a demonstrat faptul că bărbaţii ascultă doar cu o parte a creierului, pe când femeile îşi folosesc ambele emisfere cerebrale.16 Un

studiu asupra creierului a demonstrat că femeile pot asculta, înţelege şi procesa nici mai mult, nici mai puţin decât şapte inputuri auditive distincte (cum ar fi conversaţiile) în acelaşi timp, pe când bărbaţii cu greu pot urmări unul singur.17 Unul dintre motivele pentru care se întâmplă astfel este faptul că femeia are un corp calos de dimensiuni mai mari care conectează emisfera dreaptă cu cea stângă şi care îi conferă abilitatea de a folosi simultan câţiva centri auditivi puternic conectaţi din ambele emisfere cerebrale.

Noi, femeile, avem un avantaj faţă de bărbaţi când vine vorba de auz. Pe scurt, femeile sunt mai bine concepute să recepţioneze şi să proceseze inputuri auditive multiple în acelaşi timp. Când vine vorba de auz, se pare că emisferele cerebrale ale unui bărbat sunt conectate ca printr-un fel de sfoară foarte subţire ce leagă două căni de tinichea.

Hei, aud ce spui! Oricum, trebuie să recunosc că Barb e mult mai capabilă să audă şi să asculte decât mine. Şi în cazul majorităţii femeilor, aceasta nu reprezintă o abilitate dobândită, ci un talent înnăscut. Diferenţele înnăscute în ce priveşte abilitatea de a auzi pot fi demonstrate încă de la o vârstă foarte fragedă. La o săptămână de la naştere, fetele pot distinge vocea mamei lor în mijlocul sunetelor emise de alt bebeluş. Băieţii în schimb, nu.18 Oamenii de ştiinţă care au desfăşurat acest studiu au descoperit faptul că fetiţele pot auzi sunete mult mai fine decât cele pe care le pot percepe băieţii mici. Fetele au un anumit simţ al auzului care este de două până la patru ori mai eficient decât al băieţilor (în funcţie de frecvenţa testată). Această diferenţă este manifestă la cea mai fragedă vârstă la care copiii pot fi testaţi cu încredere.19

Asta ar explica de ce puteam sta la poveşti cu o prietenă la telefon şi în acelaşi timp să ascult radioul şi pe Kate lecturând cu voce tare la masa din bucătărie şi pe Scott urmărind cine ştie ce emisiune la televizor în camera alăturată! *Dar dacă sună telefonul în casă, Walt trebuie să*

închidă televizorul, să dea volumul muzicii cât mai încet şi să-i roage pe copii să facă linişte înainte să ridice receptorul. Eu mă duc pur şi simplu şi răspund.

La noi acasă, un robinet care picură o trezeşte noaptea pe Barb. Eu, în schimb, chiar dacă sunt treaz şi mă aflu chiar în faţa robinetului, probabil că nici n-aş băga de seamă că picură. Femeile nu sunt doar mai bune decât bărbaţii în a auzi sunete noi în mediul ambiant; ele sunt şi mai bune în a auzi sunete înalte şi sunt, în mod firesc, mai pricepute în a observa schimbări mici în volumul şi în înălţimea sunetului.20 Acest lucru ne ajută să explicăm de ce mămicile, în mod intuitiv, le cântă cântece de leagăn fetiţelor, dar stau de vorbă (sau se joacă) cu băieţii. Poate fi, de asemenea, o parte a motivului pentru care de şase ori mai multe fetiţe decât băieţi pot lua tonul unei melodii.21

Schimbările mici de tonalitate şi de înălţime ne ajută totodată să „auzim" starea emoţională a copiilor şi a adulţilor. Îmi amintesc cum i-am spus odată fiului nostru, Scott: „Nu vorbi pe tonul ăsta cu mine, tinere". Iar el nu reuşea să înţeleagă cum de mi-am dat seama de starea lui.

Poate de aceea tot spune Barb că poate distinge şi tonul vocii mele. Imaginaţi-vă – ea pretinde că poate spune când sunt iritat în interior şi încerc să fiu drăguţ cu ea în exterior!

În ceea ce mă priveşte, la fel ca orice alt bărbat obişnuit, un imput auditiv este tot ce poate procesa creierul meu. Faptul că ştiu acest lucru mă ajută să o cinstesc pe Barb ascultând cu mai multă atenţie ce are să-mi spună. Spre exemplu, de curând eram pe drum spre aeroport şi ascultam împreună cu Barb un CD. Când a început Barb să-mi spună ceva, am închis CD-playerul. Barb mi-a spus:

— Vai, dar nu trebuie să-l opreşti.

Am zâmbit şi i-am spus:

— O, ba da, trebuie, pentru că vreau să aud fiecare cuvânt pe care mi-l spui.

Cu toate avantajele înnăscute de auz de care dispun,

plus faptul că creierul meu conectează stimulii senzoriali cu amintiri, nu e de mirare că îmi aduc aminte de o mulţime de lucruri pe care le-a spus Walt de când ne-am întâlnit întâia oară. Dar Walt are dificultăţi să-şi amintească şi jumătate din lucrurile pe care l-am rugat ieri să le cumpere de la magazin!

Diferenţe de percepţie a atingerii şi a durerii

Creierul masculin şi cel feminin nu diferă doar în modul în care aud sau văd, ci, încă de la naştere, fetele reacţionează mai rapid şi mai prompt la atingere şi la durere. Cercetătorii britanici au descoperit că femeile, în comparaţie cu bărbaţii, simt durere în mai multe părţi ale corpului, mai frecvent şi pentru o durată mai lungă.22 Pielea unei femei adulte este de cel puţin zece ori mai sensibilă la atingere şi la presiune decât cea a unui bărbat23 şi, contrar concepţiei universale, nivelul de toleranţă al femeii la durere este, de asemenea, mai scăzut.24

În copilărie şi la maturitate, testele care măsoară nivelul de sensibilitate a pielii la bărbaţi şi la femei au demonstrat existenţa unor diferenţe atât de uimitoare, încât scorurile obţinute de bărbaţi şi de femei nici măcar nu sunt comparabile. De fapt, cei mai sensibili dintre băieţi par să simtă mai puţin decât cele mai puţin sensibile fetiţe.23

J. M. Reinisch, PhD

Concentraţiile ridicate de ocitocină în sângele femeii nu doar că stimulează dorinţa ei de a atinge, dar ocitocină creşte totodată şi nivelul de sensibilitate a receptorilor tactili de la nivelul pielii. Acest aspect explică de ce femeile din Occident sunt de patru până la şase ori mai predispuse să stabilească un anumit contact fizic cu o altă femeie în timp ce poartă o conversaţie cu aceasta, comparativ cu un bărbat care vorbeşte cu un alt bărbat.26 Şi, de asemenea, explică de ce este mai probabil ca o mămică să alerge în ajutorul unui copilaş care a căzut sau care plânge şi, în acelaşi timp, este mai probabil că va atinge, va mângâia sau va îmbrăţişa copilul, în comparaţie

cu atitudinea unui bărbat.

Nu mai încape îndoială: femeile sunt mult mai sensibile decât bărbaţii. Iar soţii ar face bine să ţină minte că pentru o femeie, o atingere blândă sau o mângâiere prelungă, domoală poate face mult.

Diferenţe de miros şi de gust

Când spunem că există diferenţe în ceea ce priveşte mirosul şi gustul, nu ne referim la faptul că femeile chiar miros mai bine, ci că simţul mirosului la femei (şi respectiv cel al gustului) este mult mai dezvoltat decât la bărbaţi.

Sensibilitatea mea gustativă este mult mai pronunţată decât cea a lui Walt. Iar mirosul – să nu mai vorbim. Obişnuiam să cred că faptul că ignora şosetele acelea puturoase în dulap era felul lui de a mă agasa. Acum ştiu că lucrurile nu stau aşa. Pur şi simplu el nu este construit cu aceeaşi capacitate de a mirosi sau de a simţi gustul ca şi mine.

Dumnezeu ne-a conceput pe fiecare dintre noi cu cel puţin zece mii de receptori ai gustului care fac distincţia între dulce, sărat, acru şi amar şi putem distinge aceste patru gusturi în toate regiunile limbii.27 Bărbaţii, încă din pruncie, disting cu mai mare uşurinţă gusturile de sărat şi de acru decât femeile.28 Totuşi femeile dispun de mai multe papile gustative şi sunt mult mai capabile să discearnă gustul amar şi gusturile complexe.

Când vine vorba despre miros (sensibilitatea olfactivă), femeile fac parte pur şi simplu dintr-o ligă superioară nouă – cu toate că, până recent, aceasta nu era decât o glumă.29 Pamela Dalton, PhD, cercetătoare a capacităţilor senzoriale, şi echipa condusă de domnia sa au demonstrat că femeile aflate la vârsta reproducerii au o capacitate specială de a percepe mirosuri în concentraţii foarte mici. Expuse unei varietăţi de mirosuri, femeile s-au specializat rapid, devenind tot mai experte în a detecta diferitele mirosuri. Această sensibilitate crescută prezintă un nivel de cincizeci de ori mai mare decât cel prezentat de bărbaţii care au fost testaţi. Bărbaţii nu au simţit niciun miros, chit că au exersat. În alte experimente, femeile au

avut rezultate mai bune decât bărbaţii când obiectivul a fost identificarea unui miros-ţintă dintr-o multitudine de alte arome, un experiment mai aproape de ceea ce ni se întâmplă în viaţa de zi cu zi.30

Cercetătorii de la Yale au demonstrat totodată ceea ce ştie fiecare femeie care a fost vreodată însărcinată – simţul gustativ al femeii se schimbă simţitor pe parcursul sarcinii.31 Simţul olfactiv al femeii devine şi el mai ascuţit în timpul sarcinii. Când eram însărcinată cu Kate şi cu Scott, spre exemplu, simţeam mirosurile dintr-o clădire înainte să intru în ea. Spre exemplu, simţeam mirosul băcăniei încă dinainte de a intra în ea. Aveam chiar impresia că pot „mirosi" starea de dispoziţie a lui Walt, iar acum oamenii de ştiinţă au demonstrat că noi, doamnele, putem detecta olfactiv feromonii şi mireasma unică emanată de soţul nostru – şi nu doar în mod conştient, dar şi la nivelul subconştientului! *32*

Întotdeauna m-am întrebat cum de Barb era în stare să deschidă dulapul nostru de haine şi să-şi dea seama imediat că am pus acolo o pereche de pantaloni pe care-i purtasem de mai multe ori şi pe care nu-i dusesem la spălat – şi asta înainte să-i vadă!

Dacă crezi că simţurile noastre fizice sunt diferite, stai să vezi ce părere vei avea când vei afla câte ceva despre abilitatea de a gândi şi abilitatea de a procesa. Felul în care procesăm experienţele ne poate duce, literalmente, în două lumi separate.

Diferenţe în modul în care

procesăm informaţiile furnizate de această lume înainte să ies la plimbare împreună cu Barb într-o după-masă, mi-am pus o pălărie veche pe care nu o mai purtasem de ceva vreme. Când ne-am întors acasă, ne-am aşezat să bem un pahar cu apă, când am văzut-o pe Barb cum începe să adulmece aerul şi să-şi încreţească nasul.

— Dă-mi puţin pălăria ta, mi-a spus. I-am întins pălăria, iar ea a tras adânc aer în piept. Un zâmbet larg, de adâncă mulţumire i s-a aşternut pe faţă.

— Ce este? am întrebat eu.

— Miroase a vara trecută! a exclamat ea. Simt parfumul loţiunii de soare pe care ai folosit-o pe plajă când am fost în concediu. Ce timp superb am avut acolo, nu-i aşa?

Am zâmbit la rândul meu. Într-adevăr, avusesem un timp superb. Dar eu nu reuşeam să miros nimic în acea pălărie. (Şi chiar dacă aş fi reuşit, *ştiu că* n-aş fi reuşit să fac conexiunea între acel miros şi acea amintire aşa cum a făcut-o Barb.)

Diferenţele în ceea ce priveşte modul în care creierul fiecăruia dintre noi preia şi procesează informaţia senzorială ne pot face să credem că partenerul nostru (sau tot sexul opus) este un fel de extraterestru. Partenerul tău se relaţionează şi reacţionează la lumea din jur total diferit decât reacţionezi tu – şi totul se datorează modului diferit în care au fost proiectate să funcţioneze creierul masculin şi cel feminin. Înţelegerea destui lucru este foarte importantă pentru a avea o căsnicie fericită.

Ori de câte ori eu şi Barb călătorim într-o ţară străină, ne punem să cercetăm istoria, cultura, obiceiurile şi limba oamenilor pe care urmează să-i vizităm. Înţelegând câte ceva din lumea lor – ceva din modul în care gândesc şi trăiesc – suntem într-o postură mai bună să ne putem bucura mai mult de experienţa pe care urmează să o avem. În mod asemănător, eu şi Barb dorim să îţi prezentăm modul în care partenerul tău procesează şi se raportează la emoţii, la stres şi la sarcinile pe care le are de îndeplinit. Mai mult ca sigur că ţi se va părea o lume complet străină.

Diferenţe în sistematizare şi în dezvoltarea empatiei

Femeile îşi vor găsi mai degrabă plăcerea în a petrece ceasuri în şir angajate în conversaţii în faţa unei ceşti cu cafea sau cu ceai, povestind cu o vecină sau cu o prietenă apropiată, oferind cine încropite în fugă, dând sfaturi prietenelor în probleme de relaţii, mergând la cumpărături sau având grijă de prietene, de vecine sau de animale de companie. Atunci când eu şi Barb intrăm într-

un chioşc de ziare dintr-un aeroport, ea, ca majoritatea femeilor, se apucă imediat să frunzărească reviste de modă, de cosmetică, reviste cu sfaturi relaţionale, de decoraţiuni interioare, de grădinărit şi reviste de specialitate pentru părinţi.

Eu, la fel ca majoritatea bărbaţilor pe care i-am văzut, mă voi opri mai degrabă în dreptul revistelor despre computere, maşini, bărci, revistelor de vânătoare, revistelor sportive, despre aparatură electronică şi la revistele cu sfaturi pentru petrecerea timpului liber. Bărbaţilor le va face plăcere să se angajeze ceasuri în şir în diverse proiecte (proiectând sau plănuind modul în care ar putea aduce ceva îmbunătăţiri în atelierul de acasă sau la locul de muncă sau în raport cu hobby-urile lor), în activităţi independente (sporturi şi activităţi în aer liber) sau activităţi care încurajează competiţia şi dominarea.

Aceste preferinţe legate de comportament şi de petrecere a timpului liber îşi au originea în creier. Dr. Simon Baron-Cohen de la Cambridge University a rezumat aceste diferenţe astfel: „Bărbaţii au, în medie, o dorinţă mai mare de a sistematiza, iar femeile, de a arăta sentimente de empatie. Sistematizarea implică identificarea legilor care guvernează modul în care funcţionează un sistem [...] Empatizarea, pe de altă parte, implică recunoaşterea a ceea ce simte sau gândeşte o altă persoană şi a răspunde în faţa acelor sentimente, cu o emoţie adecvată”. 1

Spre exemplu, fetele cu vârsta de un an răspund mai empatie la suferinţa altor oameni, arătându-se mai preocupate prin afişarea unei priviri triste, prin articularea unor sunete care exprimă simpatia şi prin mângâieri.2 Baron-Cohen subliniază: „Persoana empatică înţelege intuitiv modul în care se simt oamenii şi ştie cum să abordeze oamenii cu grijă şi cu sensibilitate”. 3

Pe de altă parte, creierul masculin funcţionează optim atunci când analizează, explorează şi construieşte sisteme. Baron-Cohen ne spune că: „Persoana sistematizatoare înţelege în mod intuitiv modul în care

funcţionează lucrurile sau care sunt legile ce stau la baza unui sistem pe care-l guvernează. Sistemele pot fi variate – poate fi vorba de un iaz, de un vehicul, de un computer, de o ecuaţie matematică sau chiar de o unitate militară. Toate acestea operează folosind nişte informaţii exterioare pe care le procesează şi un mod de a răspunde, pe baza unor reguli". 4

Nu cu mult timp în urmă, am invitat la cină un cuplu proaspăt căsătorit. Cei doi ne-au împărtăşit câteva provocări cu care se confruntau în relaţia lor. Eu şi tânărul soţ ne-am lansat imediat într-o discuţie privind cauzele şi posibilele soluţii la problema respectivă.

Într-o cameră alăturată, m-am trezit manifestându-mi empatia faţă de tânăra mea prietenă şi înţelegând emoţiile intense pe care le experimenta. Abordarea sistematizatoare a lui Walt şi stilul meu empatic erau 100% diferite, cu toate că amândoi ne-am conectat cu tânăra soţie şi cu soţul ei într-un mod semnificativ.

Bărbaţii sistematizează, femeile empatizează

Creierul sistematizator şi cel empatic se manifestă în moduri diferite:

În jucăriile pe care le preferă copiii (fetiţelor le plac păpuşile, băieţilor le plac camioanele).

În modul în care răspund la nerăbdarea exprimată în mod verbal (femeile negociază, bărbaţii se impun).

În navigare (femeile personalizează spaţiul fixându-şi marcaje pe traseu; bărbaţii vizualizează un sistem geometric şi îşi iau repere direcţionale în desfăşurarea unui traseu).

În joc (fetele cooperează; băieţii iniţiază competiţii).5

Hara Estroff Marano

Diferenţe în ce priveşte abilitatea spaţială

Un alt exemplu al modului diferit în care procesează creierul masculin şi cel feminin informaţiile este modul în care bărbaţii şi femeile abordează sarcinile spaţiale – abilitatea de a vedea un obiect în formă tridimensională, de a-i evalua dimensiunile, coordonatele, poziţia, locaţia, proporţiile, mişcarea şi geografia. Procesarea spaţială

implică să fii capabil să roteşti la nivel mental un obiect; să-l suceşti; să te ridici deasupra lui, în jurul lui, în el; sau să-l întorci pe dos. A naviga pe un traseu cu obstacole, a citi o hartă rutieră, a vizualiza o hartă topografică sau un proiect în trei dimensiuni sunt abilităţi spaţiale.

Explorările funcţionale ale creierului revelează faptul că abilităţile spaţiale ale bărbaţilor sunt localizate într-o arie specifică şi extrem de eficientă din emisfera dreaptă. La femei, cele două emisfere sunt foarte bine conectate între ele şi favorizează procesările verbale şi emoţionale, dar împiedică procesarea spaţială. De fapt, doar circa 10% dintre femei au abilităţi spaţiale care sunt la fel de performante ca ale unui bărbat obişnuit.6

Este adevărat, de exemplu, că majoritatea femeilor nu sunt capabile să descifreze o hartă la fel de bine cum o face un bărbat. Dar femeile pot descifra mai bine caracterul cuiva. Iar oamenii sunt mai importanţi decât hărţile. [Mintea bărbatului va căuta imediat să descopere excepţii de la regulă în această privinţă.]… Cel mai bun argument pentru a accepta diferenţele dintre noi este că, dacă le acceptăm, vom fi probabil mai fericiţi.7 Anne Moir, PhD

Această diferenţă în ce priveşte abilitatea spaţială explică dificultăţile pe care le au femeile în a descifra o hartă. Potrivit cartografului britanic Alan Collinson, majoritatea femeilor au dificultăţi în a manevra o hartă „pentru că ele au nevoie de o perspectivă tridimensională pentru a parcurge un traseu” El îşi continuă explicaţia: „Eu întocmesc hărţi care au perspective tridimensionale – ele conţin şi copaci, munţi şi alte repere topografice. Femeile se descurcă mult mai bine cu acest gen de hartă”. De ce? „Testele pe care le-am efectuat demonstrează că bărbaţii au abilitatea de a transforma în minte un desen bidimensional într-o imagine tridimensională, dar majoritatea femeilor nu par să aibă această abilitate”. 8

Pentru un bărbat, condusul maşinii este un test al abilităţilor lui spaţiale şi matematice care-i permite să conducă într-un mod care le va părea periculos majorităţii

femeilor. Atunci când este Walt la volan, mi-e de folos să înţeleg că ce mi se pare mie riscant nu este la fel de riscant şi după părerea lui, datorită modului în care este conceput creierul lui. În loc să-l tot cicălesc exclamând: „Fii atent!" sau „Mai încet puţin!", îi spun doar: „Walt, m-aş simţi mai confortabil dacă ai conduce puţin mai încet". Iar el are de ales cum doreşte să-mi răspundă.

Odată ce am înţeles cât de diferite sunt abilităţile mele spaţiale comparativ cu cele ale lui Barb – mai ales când o auzeam icnind de spaimă lângă mine când schimbam banda având viteză, într-un trafic infernal mă asigur că există suficient spaţiu suplimentar (deşi inutil) între maşina noastră şi celelalte maşini (care abia se târăsc!). Şi cu cât icneşte ea mai rar, cu atât se pare că sunt un şofer mai bun!

Reacţii diferite la stres

Creierul masculin şi cel feminin procesează şi reacţionează la stres în moduri foarte diferite. Se crede în prezent că tendinţa bărbatului de a reacţiona cu mânie se datorează conexiunilor creierului care transmit reacţiile emoţionale în jos spre corp şi care-l determină să reacţioneze în mod fizic. Creierul unei femei este mai înclinat să proceseze răspunsurile emoţionale în sus, dirijându-le spre centrii verbali, relaţionali şi contemplativi din creier. Astfel, ca reacţie la stres, femeile tind să gândească şi să simtă înainte de a acţiona. Bărbaţii, pe de altă parte, sunt concepuţi în aşa fel încât acţionează mai întâi, şi abia apoi gândesc.9 Sentimentele, dacă apar, sunt de departe pe locul trei ca succesiune a evenimentelor.

Modul diferit de a reacţiona în situaţie de criză se datorează, în parte, diferenţelor de structură a conexiunilor din interiorul creierului; o altă parte se datorează impactului hormonal. Dr. Ruben şi dr. Raquel Gur împreună cu echipa lor de cercetători au descoperit că porţiunile din creier folosite pentru a controla răspunsurile agresive şi mânioase au dimensiuni mai mari la femei decât la bărbaţi.10 În timpul crizelor sau la stres, femeile nu înregistrează creşterile intense de testosteron, de

vasopresină şi de serotonină pe care le înregistrează bărbaţii odată cu sentimentul de satisfacţie pe care-l simt atunci când participă la competiţii, la lupte sau când îşi asumă anumite riscuri.11 Femeile vor savura mai degrabă creşterea concentraţiei de ocitocină pe care o înregistrează atunci când se implică în conversaţii şi în relaţii pline de compasiune.12

Femeile vor căuta orice ocazie de a oferi îngrijire şi de a se apropia – comportamente asociate unui nivel crescut de ocitocină şi de estrogen.13 îngrijirea implică crearea unui mediu care să ofere siguranţă fizică şi emoţională şi grijă pentru familia noastră. Apropierea implică cultivarea unor relaţii cu alte persoane care ne pot veni în ajutor dacă noi nu suntem capabile să ne îngrijim de noi însene şi de copiii noştri.74 De asemenea, ne simţim confortabil atunci când participăm la activităţi împreună cu alte femei.15 Atunci când copiii mei erau mici, întotdeauna aşteptam cu bucurie să organizez picnicuri la locul de joacă cu prietenele mele şi cu copiii lor. Astfel de activităţi stimulează descărcarea ocitocinei şi a altor hormoni care ne fac să simţim o plăcere intensă.16

Experţii care au revizuit primele forme ale acestei cărţi au fost nemulţumiţi de faptul că nu ne-am referit la femeile mai competitive şi mai orientate spre rezultatul final al acţiunilor pe care le observăm uneori în lumea oamenilor care fac carieră. Dar să nu uităm faptul că ne referim la generalităţi cu privire la creierul masculin şi cel feminin. Cum spuneam şi în introducere, există o mulţime de diferenţe între bărbaţi şi femei şi unele dintre diferenţe nu vor fi valabile 100% în cazul tău sau al experienţelor pe care le-ai avut până în prezent. Totuşi, pentru majoritatea bărbaţilor şi a femeilor, studiile arată destul de clar că încă din primele zile de şcoală şi până ajung la facultate, băieţii tind să se implice în competiţii, iar fetele să coopereze.17 Nu există niciun dubiu asupra faptului că sunt multe femei care pot fi foarte competitive. Totuşi, felul în care au fost concepute le determină să coopereze chiar şi atunci când se află într-o competiţie.

De exemplu, la facultatea de drept, celor mai multe dintre femei le displace atmosfera competitivă de la cursuri.18 Acesta este motivul pentru care femeile preferă cursurile la care se predă cu predilecţie arta medierii. Femeile juriste sunt mai

Creierul lui, creierul ei predispuse să caute o slujbă în cadrul unei corporaţii sau ca judecător.19 Juriştii bărbaţi sunt mult mai înclinaţi să aleagă poziţii ca ca „avocat al apărării, un gladiator al profesiei” 20. În situaţii stresante, „bărbaţilor nu doar că le place mai mult competiţia; dar se descurcă mult mai bine într-o situaţie considerată drept competitivă” 21.

Un alt studiu a demonstrat un aspect pe care l-am observat şi eu când eram student la medicină în anii *’70*: *dacă* atmosfera într-o situaţie era percepută ca fiind mai competitivă, bărbaţii se descurcau mai bine, în timp ce femeile înregistrau rezultate mai slabe.22 Alte studii au demonstrat acelaşi lucru: în situaţii competitive sau în perioade de criză, bărbaţii devin mult mai siguri pe ei, în timp ce la femei se înregistrează o creştere a nivelului anxietăţii.23

Femeile în politică

Tendinţa femeilor de îngrijire şi de apropiere, alături de tendinţa de a alege cooperarea înaintea competiţiei, chiar şi într-o lume politică înalt competitivă, nu putea fi mai bine ilustrată decât prin ceea ce s-a întâmplat în ianuarie 2007 când Diane Sawyer de la postul de televiziune ABC a întrebat şaisprezece femei din Senatul Statelor Unite dacă ar guverna diferit de modul în care o fac bărbaţii.24 Iată patru exemple de răspunsuri tipice:

„Veţi auzi de colaborare, veţi auzi de cooperare, veţi auzi despre o structură care, după părerea mea, va aduce oamenii împreună”. 25

„Femeile încurajează […] o mai mare deschidere spre procesare, spre a aduna mai multe persoane în jurul mesei tratativelor […] colaborare şi colegialitate”. 26

„[Femeile] tind să fie mult mai cuprinzătoare”. 27

„[Femeile] vorbesc despre cât de pricepute suntem în

a găsi puncte comune.

În situaţii de stres, bărbaţii consideră agresiunea şi asumarea riscului ca fiind funcţională, în timp ce femeile o consideră a fi o problemă.29 Atunci când bărbaţii reacţionează în mod fizic la stres şi obţin ceea ce ei consideră a fi rezultate pozitive, cum ar fi situaţia în care un bărbat câştigă o competiţie, nivelul de testosteron şi de vasopresină creşte, împreună cu sentimentul de satisfacţie.30

De exemplu, când am cumpărat o casă, negocierile între cei doi agenţi imobiliari au devenit tensionate şi foarte neplăcute. Imediat, m-am trezit că sunt gata să sar la bătaie. Eram furios. La urma urmei, agentul imobiliar al vânzătorului nu fusese chiar sincer şi violase clar una dintre clauzele contractului. Am început să mă pregătesc de confruntare – ştiind că avantajul era de partea noastră.

Eu, pe de altă parte, simţisem bunătatea şi motivaţia sinceră a femeii care îşi vindea singura casă pe care o avusese vreodată. Simţeam cu ea, aşa că l-am întrebat pe Walt dacă are ceva împotrivă să stau puţin de vorbă cu ea. Pe măsură ce vorbeam cu ea, mi-am dat seama că şi ea e la fel de supărată ca şi mine (în mare parte pe cei doi agenţi), aşa că am căzut de acord să ne întâlnim la ea acasă. Am povestit la o ceaşcă de cafea – nu doar despre agenţi imobiliari şi despre casă, dar şi despre familiile noastre şi despre viaţa fiecăreia dintre noi. Pe când ne pregăteam să ne despărţim, problema era clarificată.

Ca să luăm un alt exemplu, într-o perioadă în care piaţa imobiliară trecea printr-o criză, am primit un preţ extrem de scăzut pe casa noastră. Ştiţi, din perspectiva cumpărătorului e una să-ţi vinzi casă, dar e cu totul altceva să o dai pe nimic. Dar, la o adică, *ni se făcuse o* ofertă. Aşa că m-am gândit: „Să trecem la negocieri!” Eram gata de competiţie.

Vedeţi cum funcţionează creierul unui bărbat? Dar creierul meu a răspuns în mod diferit. Mă simţeam speriată, îngrozită chiar. Eram gata să accept orice. Nu aveam niciun chef să negociez sau să văd iarăşi anunţul cu

casa noastră de vânzare. Pentru mine, cea mai puţin stresantă opţiune era categoric să vindem casa la preţul care ni se oferise, chiar dacă era o sumă foarte mică. Dacă aş fi făcut astfel, ne-am fi vândut casa la un preţ mult inferior valorii pe care o avea pe piaţă. Dar dacă Walt nu şi-ar fi controlat impulsul lui de a intra în competiţie – şi ar fi negociat într-o manieră prea agresivă – cred că am fi pierdut acel cumpărător.

Am vorbit despre modul diferit în care răspundem şi am căzut de acord că vom negocia împreună. Aşa că i-am prezentat potenţialului cumpărător o contra ofertă rezonabilă în timpul unei vizite care s-a dovedit a fi foarte plăcută şi care a condus la creşterea substanţială a preţului cu care am vândut, în final, casa.

Reacţiile noastre la aceeaşi situaţie au fost total diferite, dar totuşi împreună am fost mai puternici ca echipă decât am fi putut fi separat. Pentru mine, aceste incidente au fost nişte exemple foarte grăitoare despre modul în care creierul lui şi al ei urmăresc acelaşi scop, dar urmează căi atât de diferite! încă din primele zile din viaţă, în general, creierul masculin este orientat spre competiţie, iar creierul feminin, spre cooperare.

Reacţii emoţionale diferite

Amigdala, porţiunea „reactivă" a creierului localizată profund, la nivelul sistemului limbic, este răspunzătoare de reacţiile emoţionale şi de impulsurile agresive. Este conectată cu lobul frontal din porţiunea „raţională" a creierului, unde au loc controlul impulsurilor şi luarea deciziilor morale. Larry Cahill, PhD, un neurobiolog din cadrul University of California, Irvine, şi colegii săi au descoperit că amigdala are un mod de funcţionare diferit la bărbaţi comparativ cu modul de funcţionare la femei. Acest lucru poate constitui o altă explicaţie pentru faptul că femeile tind să fie mai puţin agresive decât bărbaţii.

Concentraţiile mari de testosteron determină creşterea în dimensiuni a amigdalei şi, cu cât aceasta este mai voluminoasă, cu atât persoana respectivă are o tendinţă mai pronunţată de agresivitate. Acesta este unul

din motivele pentru care bărbaţii tind să reacţioneze în mod fizic, mai agresiv sau cu mai multă mânie la stimuli emoţionali decât femeile. De asemenea, conexiunile strânse dintre sistemul limbic al bărbatului şi organismul său îl fac mai predispus să acţioneze, nu să vorbească. Conexiunea existentă între amigdala femeii şi lobul frontal are un diametru mult mai mare decât în cazul bărbatului, motiv pentru care ea va reuşi mult mai bine să-şi controleze reacţia fizică la emoţii.

Lobul frontal care intervine în controlul emoţiilor este mai bine reprezentat la femei decât la bărbaţi, astfel că femeile vor fi mai capabile să îşi filtreze sau să îşi suprime sentimentele care se produc în mod excesiv. După cum spune dr. Cahill: „Această diferenţă poate constitui motivul pentru care femeile nu-şi ies din pepeni la fel de repede ca bărbaţii". 31 Mai mult chiar, datorită conexiunii mai bune în cazul femeii între amigdală şi centrii emoţionali şi ai limbajului din cortexul cerebral, femeia va fi mult mai dispusă să vorbească despre ceea ce simte.

Aceste elemente explică motivul pentru care femeile recunosc şi procesează stimulii senzoriali şi emoţiile mult mai repede decât un bărbat obişnuit. De fapt, studiile demonstrează că, în medie, bărbaţii au nevoie de şapte ore în plus faţă de femei pentru procesarea stimulilor emoţionali, a gândurilor şi a sentimentelor.32

Mi-a fost de mare ajutor să înţeleg acest lucru. Ştiind faptul că bărbaţilor le ia mai mult timp să proceseze şi să-şi prelucreze sentimentele, mi-a fost mai uşor să înţeleg motivul pentru care Walt se retrage sau devine foarte tăcut atunci când este supărat sau când încearcă să ia o decizie. De cele mai multe ori, eu simt nevoia să vorbesc pentru a ieşi din acea stare, dar Walt are nevoie de timp, de spaţiu şi de linişte. Şi apoi, ceea ce pune capac la toate, nu doar că are dificultăţi în a-şi exprima verbal sentimentele, dar, la fel ca la majoritatea bărbaţilor, îi ia mai mult timp să-şi exprime acele sentimente.

Atunci când bărbaţii sunt răniţi sau se simt respinşi, ei pot reacţiona în mod fizic trântind o uşă sau lovind ceva.

Sau pot reacţiona prin retragere – ies afară, se apucă de lucru în atelier sau se adâncesc în munca la computer. Alteori, bărbatul poate reacţiona „în secret”, fără să-şi arate adevăratele sentimente. Poate că nu va avea suficient timp să înţeleagă ceea ce simte. Toate aceste comportamente care au o bază biologică pot conduce în mod natural la neînţelegeri şi la apariţia conflictului în căsnicie. De ce? Atunci când o soţie se confruntă cu anumite emoţii, este normal să vorbească despre ceea ce o supără. Iar atunci când o face, creierul ei produce o cantitate mai mare de ocitocină – ceea ce îi generează un fel de euforie naturală şi o ajută să se elibereze de stres şi de tensiune.

În schimb, în cazul unui bărbat, discuţiile lungi şi cu o mare încărcătură emoţională pot avea tocmai efectul opus. O femeie care doreşte ca soţul ei să stea şi să vorbească cu ea poate observa că acesta dintr-odată nu mai are astâmpăr şi că se simte destul de inconfortabil. Poate că îl va simţi puţin neatent sau va observa la el dorinţa de a „rezolva problema” cât mai repede sau că pur şi simplu se întoarce şi pleacă pentru a se dedica unei activităţi oarecare. Dacă o femeie încearcă să vorbească cu un bărbat despre unele probleme înainte ca bărbatul să fi avut şansa de a rumega înainte subiectul respectiv şi de a-l procesa, îi poate produce un nivel foarte înalt de stres, cu toate că ea ar fi eliberată de stresul propriu. Prin urmare, atunci când un soţ şi o soţie stau de vorbă, ea ar fi bine să înveţe cum să răspundă la semnalele lui care-i trădează încărcarea excesivă. Michael Gurian a descris câteva dintre aceste semnale: „În timp ce stă de vorbă, bărbatul poate deveni foarte agitat sau să nu mai menţină contactul vizual. El poate începe să întrerupă în mod repetat conversaţia sau să încerce să găsească soluţii la problemele discutate sau să încerce chiar să evadeze din conversaţie pentru a putea face altceva, cum ar fi să se «retragă în el însuşi» şi să stea în faţa televizorului sau să lucreze la un proiect”. 33

Deoarece bărbaţii se simt stingheriţi când vorbesc

despre probleme cu mare încărcătură emoţională, ei învaţă încă de la o vârstă foarte fragedă să îşi mascheze sau să îşi ascundă sentimentele. E important ca femeile să înţeleagă aceste realităţi cu privire la creierul bărbatului, pentru că atunci când un bărbat îşi maschează sentimentele, o face de obicei dintr-o necesitate biologică. Reacţiile unui soţ la emoţii, de obicei, nu sunt personale şi nici îndreptate împotriva soţiei sale. Ele sunt pur şi simplu dovada modului unic în care a fost conceput – oferindu-i un mod de a-l ajuta să-şi gestioneze emoţiile şi stresul din viaţă şi de a-şi proteja relaţiile.

Atunci când creierul masculin şi cel feminin procesează emoţiile, o fac în moduri complet diferite. Cercetătorii au descoperit faptul că creierul masculin procesează emoţiile doar cu una dintre emisfere, în timp ce creierul feminin o face folosind concomitent ambele emisfere.34 Acest lucru înseamnă că un bărbat poate să opereze logic şi să articuleze cuvinte şi, în tot acest timp, să-şi folosească doar emisfera cerebrală stângă. Sau se poate angaja în rezolvarea unor probleme în spaţiu şi să-şi folosească pentru aceasta emisfera cerebrală dreaptă. Dar, în fiecare dintre situaţii, el poate evita activarea oricărui centru emoţional din creier. În cazul femeilor, în schimb, ariile creierului care prelucrează emoţiile şi amintirile emoţionale operează aproape întotdeauna concomitent cu alte funcţii cerebrale. Cu alte cuvinte, „emoţiile unei femei se pot conecta simultan cu majoritatea altor funcţii cerebrale” 35.

Aşa că, atunci când bărbaţii îmi spun ceva de genul: „Soţia mea se implică emoţional în orice discuţie!”, eu le răspund: „Bingo! Sigur că asta face!” Exact aşa a fost concepută să facă. Ea este dotată cu această sensibilitate – o sensibilitate care le lipseşte majorităţii bărbaţilor – să fie ochii noştri emoţionali într-o lume în care noi tindem să fim cu totul insensibili din punct de vedere emoţional. Şi nu doar atât, dar creierul ei este *mult* mai deprins cu jongleriile mentale decât creierul lui.

Diferenţe în fixarea unei sarcini multiple

Dr. Ruben şi dr. Raquel Gur au folosit imagini RMN funcţionale pentru a demonstra că în creierul femeilor se activează mai multe arii şi se folosesc mai multe căi cerebrale decât în creierul masculin atunci când li se dă spre efectuare o varietate de sarcini.36 Deoarece creierul feminin este atât de bine interconectat, comparativ cu cel al bărbatului care prezintă o mai bună compartimentare a creierului, femeile au o capacitate mult mai mare de fixare a unei sarcini multiple. Şi, datorită faptului că creierul femeii este conceput pentru sarcini multiple, acesta nu încetează niciodată să lucreze.

Shaunti şi Jeff Feldhahn au descris cu mare acurateţe abilitatea femeilor de a desfăşura mai multe activităţi concomitent:

Imaginează-ţi următoarele: lucrezi la calculator şi ai deschise simultan şase sau şapte ferestre pe ecran. Jonglezi cu trei sau patru documente Word, ai unul sau două în Excel şi în plus un program care îţi calculează bugetul familiei. Ţi-e deschis, de asemenea, e-mailul şi internetul şi asculţi pe calculator postul de radio preferat. Pe scurt, o adevărată unitate centrală digitală. Mai adaugă şi un alt aspect: imaginează-ţi că unele dintre fişiere şi programe sunt deschise de o săptămână şi rămân aşa în tot acest timp. Şi, în plus, computerul e virusat, drept urmare îţi apar pe ecran tot felul de reclame enervante când te aştepţi mai puţin. Ai încercat de mai multe ori să le închizi. Ţi-ai instalat un program anume şi ţi-ai resetat calculatorul. Şi totuşi, fără rezultat: eşti invadat de reclame.37

Jeff trage, apoi, următoarea concluzie: „Bine ai venit în lumea mentală şi emoţională a unei femei”.

Nu trebuie să faci nimic mai mult decât să te duci la restaurantul din oraşul tău ca să vezi toate acestea în plină desfăşurare. Atunci când familiile cu copii mici se duc să ia masa în oraş, soţia îl va hrăni pe cel mai mic dintre copii pe scăunelul de masă pentru bebeluşi, îl va supraveghea cu ochii în patru pe cel de doi ani, va sta de vorbă cu soţul ei despre felul în care decursese ziua lui de lucru şi-i va

cere chelnerului să le mai aducă câteva şerveţele – şi în tot acest timp, îşi va mânca şi ea porţia. Soţul, în schimb, se va concentra asupra unui singur lucru – să-şi mănânce mâncarea.

Creierul femeilor pare să fie bine „împletit", în timp ce creierul bărbaţilor este mai mult „compartimentat" Acest fenomen este bine surprins într-o imagine foarte sugestivă evocată de titlul cărţii lui Bill şi a lui Pam Farrel, *Men Are Like Waffles – Women Are Like Spaghetti*[38] [Bărbaţii sunt ca vafele – femeile sunt ca spaghetele]. Bărbaţii tind să proceseze informaţia într-o singură cutie de vafă odată, în timp ce procesarea la femei tinde să fie foarte întortocheată şi interconectată – ca spaghetele.

Barb şi cu mine am văzut importanţa funcţionării simultane a celor două abilităţi, focalizarea unică şi însărcinarea multiplă, conlucrând în unele situaţii de urgenţă ale familiei, într-un an, pregăteam împreună cina pentru duminica de Paşte, când am auzit o bubuitură, apoi un ţipăt şi pe cineva strigând după ajutor.

Ne-am dat seama imediat că fiul nostru de treisprezece ani, Scott, era la ananghie – şi încă rău de tot. Am alergat împreună cu Barb spre garaj. Scott încercase să-şi urce bicicleta pe câteva trepte şi a căzut. Era ghemuit într-o parte, plângând. Pe picior i se prelingea o dâră de sânge.

Educaţia mea medicală şi-a spus imediat cuvântul. Am alergat la Scott şi i-am examinat repede rana. Roata dinţată ce susţinea lanţul de la bicicletă îi secţionase pielea din spatele genunchiului şi îi atinsese artera poplitee.

Am aplicat presiune pe rană cu mâna şi i-am strigat lui Barb: „Adu-mi un prosop! Trebuie să mergem la Urgenţe!" M-am întors să-l asigur pe fiul meu că totul va fi în regulă.

După ce am luat un prosop curat pentru a i-l duce lui Walt, i-am spus lui Kate să se urce în maşină, am sunat o prietenă să înceapă un lanţ de rugăciune în biserică, am oprit cuptorul şi am încuiat uşa din faţă a casei. În timp ce

Walt l-a purtat pe Scott în braţe până la maşină, eu am aruncat puţin praf de curăţat peste petele de sânge de pe pardoseala de cărămidă. Am condus maşina până la camera de urgenţe la spital. În timp ce Walt se ocupa de Scott, eu am avut grijă de Kate, am completat toate formularele de la recepţia spitalului, am sunat-o pe mama şi apoi mi-am făcut planuri cum să termin de pregătit cina.

Între timp, eu mă ocupam de Scott. Din fericire, artera nu fusese compromisă şi i-am cusut rana acolo, în camera de urgenţe.

Creierul lui Walt a reacţionat cu calm în criză, iar abilitatea lui de a se concentra l-a ajutat să rezolve problema cu uşurinţă. Creierul meu care se descurca de minune în a jongla cu diferite activităţi deodată m-a determinat să fac lucruri care lui nu i-ar fi trecut niciodată prin cap să le facă. Creierul meu şi al lui, în echipă, au făcut o treabă mai bună decât am fi reuşit să facem oricare dintre noi în mod individual.

Diferenţe de intuiţie

9 9

Atunci când un prieten mi-a spus că-mi admiră modul sănătos de a judeca lucrurile, mi-am amintit de un proverb din bătrâni care spune că judecata sănătoasă vine din experienţă, iar experienţa o obţii adesea judecând strâmb. Una din cele mai proaste decizii pe care le-am luat vreodată s-a datorat faptului că nu am preţuit sfatul şi intuiţia soţiei mele atunci când am făcut o investiţie considerabilă la începutul carierei mele profesionale.

După ce mi-am deschis un cabinet privat, Barb şi cu mine am hotărât că venise vremea să aplicăm câteva dintre principiile financiare pe care le învăţaserăm din Biblie. Întotdeauna fusesem administratori exemplari când venea vorba de zeciuială, de dărnicie şi de administrarea bugetului, însă acum venise vremea să începem să investim pentru viitor.

În acea perioadă, lui Walt i-a fost prezentat un plan de pensii private care i s-a părut excelent. Din motive pe care nu mi le pot explica nici astăzi, eu nu *îl consideram la*

fel de excelent.

— Dar de ce nu? m-a întrebat el. Iar eu i-am spus:

— Nu ştiu. Pur şi simplu nu mi se pare în regulă.

Aşa că Walt şi-a pus deoparte un timp considerabil pentru a-mi prezenta diagrame, grafice şi date cu scopul de a-mi convinge emisfera mea cerebrală stângă că această investiţie era profitabilă pentru noi. L-am ascultat răbdătoare. Înţelegeam ce spune, serios – dar tot ce vedeam eu erau beculeţe roşii de avertisment aprinse. Poate din cauză că admir intelectul lui Walt şi pentru că-i înţeleg firea căreia îi place să-şi asume riscuri, nu am insistat prea mult să-l fac să vadă lucrurile aşa cum le vedeam eu. Totuşi i-am spus în termeni deloc îndoielnici că eu personal nu cred că este o idee prea bună.

Emisfera mea cerebrală stângă, incapabilă să comunice eficient cu cea dreaptă, a decis să nu o asculte pe Barb şi să fie insensibilă la răspunsul intuitiv pe care-l dădeau conexiunile complexe ce se realizau între cele două emisfere ale ei. Aşa că am făcut investiţia respectivă.

Şi ghiciţi ce am păţit: mi-am pierdut investiţia într-un timp record. Prin faptul că nu o ascultasem pe Barb şi că nu-i apreciasem capacitatea unică de procesare a datelor, aproape am adus familia noastră în pragul falimentului. Cinci ani de zile ne-au trebuit să ieşim din datoria în care intraserăm.

Am învăţat, printr-o experienţă dureroasă, să nu mai discreditez capacitatea de procesare subconştientă a soţiei mele. Am învăţat să iau capacitatea ei intuitivă în serios – să o apreciez şi să o preţuiesc – şi, de atunci încoace, am parte de tot mai puţine discuţii care se termină cu: „Ţi-am spus eu!”

Cu alte cuvinte, iată ce încerc să vă spun: Barb a perceput ceva ce eu, în schimb, nu am perceput şi a reacţionat exact aşa cum fusese concepută – aşa cum doar *ea* putea să o facă. Iar dacă aş fi preţuit modul unic în care Barb era proiectată să funcţioneze – dacă aş fi înţeles faptul că intuiţia ei fusese concepută să facă echipă cu punctul meu slab, chiar dacă nu aş fi fost în stare să

înţeleg niciodată de ce este aşa – aş fi putut evita un dezastru.

Povestea aceasta ne arată cât de diferit este modul în care bărbaţii şi femeile interpretează, judecă şi se relaţionează la lumea din jur. Creierul unei femei este în aşa fel conceput, încât să recunoască detalii subtile în ochii cuiva, în mişcările acestuia, în expresia sa facială şi în tonul vocii. Abilitatea ei de a procesa în mod subconştient o multitudine de observaţii îi permite să judece caracterul şi atitudinile unei persoane mult mai rapid şi mai corect decât o poate face un bărbat – şi acest lucru poate fi demonstrat de la o vârstă fragedă.

Intuiţia este cu adevărat o calitate feminină, însă femeile nu ar trebui să tragă prea repede şi în mod eronat concluziile ce decurg din această înzestrare.39

Minna Antrim

Chiar înainte ca fetele să poată înţelege limbajul, ele par să fie mai eficiente decât băieţii în a identifica conţinutul emoţional al vorbirii şi al expresiilor faciale.40 Ele sunt mult mai sensibile în a traduce expresiile faciale şi sunt mai pricepute în decodarea comunicării nonverbale. Fetele, în primul lor an de viaţă, de exemplu, preferă să gângurească la oameni, în timp ce băieţii sunt la fel de fericiţi dacă gânguresc la jucării sau la maşini.41 Iar când privesc un număr egal de imagini reprezentând oameni şi obiecte, fetele îşi vor aminti oamenii pe care i-au văzut; băieţii îşi vor aminti obiectele.42 Nici nu e de mirare că în prezent unii cercetători cred că ceea ce noi numeam intuiţie feminină s-ar putea să fie doar abilitatea naturală a femeii de a observa detalii şi schimbări în înfăţişarea sau în comportamentul celorlalţi. Un autor notează: „E evident pentru o femeie atunci când o altă femeie este mâhnită sau se simte rănită, în timp ce bărbatul trebuie să vadă lacrimi sau o schimbare rapidă de dispoziţie sau chiar să fie pălmuit înainte să-şi dea seama că se petrece ceva”. 43

Aşa că nu e de mirare că atunci când intru împreună cu Walt într-o adunare, eu pot citi aproape instantaneu relaţia care există în fiecare cuplu din încăpere. Pot spune

cu uşurinţă cine a avut sau cine tocmai se află în mijlocul unui conflict, cine concurează cu cine, cine este fericit şi cine face avansuri şi cui. Walt are încă probleme să-şi amintească numele cuplului care şade pe canapeaua de alături. Eu nu numai că-mi amintesc numele lor; dar ştiu şi cum se simt majoritatea dintre ei.

Acesta este unul dintre motivele pentru care majoritatea bărbaţilor pur şi simplu nu pot minţi în faţa majorităţii femeilor. Dacă încearcă să o facă, ea îl prinde asupra faptului într-o fracţiune de secundă. Spre exemplu, la începutul căsătoriei noastre, vizitam diferite biserici pentru a găsi una în care să ne putem simţi ca acasă. Într-o duminică, în timp ce Barb era plecată din localitate, am vizitat o biserică din apropiere pe care am găsit-o foarte potrivită.

Următoarea duminică, am vizitat biserica respectivă împreună. Walt era încântat de pastor, de oameni, de învăţătura propovăduită acolo şi de părtăşia pe care o aveau membrii bisericii. Dar impresia mea imediată a fost copleşitoare – că pastorul era cam superficial, că încerca prea intens să impresioneze şi să ne tragă oarecum pe sfoară. Nu reuşise deloc să-mi câştige încrederea.

Câţiva ani mai târziu, am auzit că acest om fusese acuzat de plagiat repetat al predicilor şi de faptul că-şi falsificase CV-ul cu competenţe educaţionale şi cu diplome pe care nu le obţinuse niciodată.

Niciodată nu i-am putut explica lui Walt de unde proveneau neîncrederea şi suspiciunile mele, dar impresia pe care mi-o lăsase omul acela era una de care nu m-am îndoit niciodată. Biblia spune că Dumnezeu „vă va da o inimă înţeleaptă" şi „foarte mare pricepere" 44.

Şi, de cele mai multe ori, această înţelepciune şi mare pricepere o primeşte un soţ de la soţia lui. Înţelept este bărbatul care înţelege, apreciază şi preţuieşte această calitate unică ce i-a fost încredinţată soţiei lui.

Când vine vorba despre modul în care procesăm informaţiile, creierul masculin şi cel feminin *sunt* diferiţi. Tabelul 4 rezumă câteva dintre aceste diferenţe unice ale

noastre.

Tipul şi modul de procesare ale creierului	Creierul masculin	Creierul feminin
tipul creierului	foarte sistematizat	foarte empatic
abilitate de compartimentare	Înaltă	scăzută
abilitate de a realiza o sarcină multiplă	scăzută	Înaltă
abilitate de a controla emoţiile	Înaltă	scăzută
orientare spre relaţii	scăzută	Înaltă
orientare spre proiecte	Înaltă	scăzută
abilitatea de „a se detaşa”.	Înaltă	scăzută
reacţie la stres	„Luptă sau fugi”; acţionează mai întâi, după aceea gândeşte	„Îngrijeşte şi apropie”; Gândeşte şi simte înainte de a acţiona.
reacţie în situaţie de risc	agresivitate	precauţie
reacţie faţă de persoanele de acelaşi sex	competiţie	cooperare

Tabelul 4 – Diferite tipuri şi moduri de procesare ale creierului.

Amintiţi-vă că ne referim aici la generalităţi. Suntem conştienţi de faptul că pot exista excepţii de la informaţia pe care o conţine Tabelul 4 chiar şi în căsnicia *ta*. Notează

excepţiile, dar observă faptul că majoritatea acestor diferenţe sunt aplicabile în mare măsură la majoritatea bărbaţilor şi a femeilor – şi acest lucru este bun.

O femeie îşi foloseşte inteligenţa pentru a găsi motive să-şi sprijine intuiţia.43 Gilbert K. Chesterton

Louann Brizendine, MD, observă următorul lucru: „A fi femeie este ca şi când ai fi echipată cu nişte antene imense, invizibile, care sunt orientate spre lume şi ai fi permanent conştientă de emoţiile şi de nevoile celor din jurul tău". 46 Când mi-am însuşit acest lucru, am reuşit să înţeleg şi să apreciez modul în care Barb ajunge la concluziile ei. Acum ştiu că volumul crescut de substanţă albă şi corpul ei calos mai mare îi oferă conexiuni complexe şi vaste la nivel conştient şi inconştient între cele două emisfere cerebrale ale creierului ei. Această construcţie remarcabilă o echipează cu acele antene pe care le are orientate spre lume, antene pe care eu pur şi simplu nu le am – un sistem radar intern, dacă vreţi, pe care acum îl preţuiesc şi pentru care sunt adânc recunoscător.

Diferenţe în modul în care

9

comunicăm cu această lume

Pastorul Dave Stroder a relatat o poveste plină de umor despre modul diferit de a comunica al bărbaţilor şi al femeilor: 1

Eu şi soţia mea, Kristie, eram pe drum spre un picnic organizat de Şcoala Duminicală şi aşteptam cu nerăbdare să petrecem o zi frumoasă cu prietenii de la biserica noastră. Cer însorit, grătare delicioase, discuţii lejere şi, desigur, chipsuri. Aceasta era partea noastră, să aducem nenorocitele acelea de chipsuri.

În timp ce ne îndreptam cu maşina decapotabilă a soţiei mele spre petrecerea respectivă, am intrat la un supermarket pentru a duce la îndeplinire sarcina ce ne fusese trasată. Ea mi-a spus ceva despre ce am de cumpărat, iar eu am dat din cap.

Nu-mi amintesc ce mi-a spus. Asta pentru că nu am

ascultat. Sunt băiat mare; cred că pot atâta lucru – să aleg câteva pungi de chipsuri.

M-am întors la maşină, am aruncat punga în spate şi am sărit la locul meu, gata să savurez ziua aceea splendidă, când o aud pe soţia mea că mă întreabă:

— Ce fel de chipsuri ai luat?

— Poftim?

— Ai cumpărat chipsurile pe care ţi-am spus să le cumperi?

— Mi-ai spus să cumpăr nişte chipsuri anume?

— Niciodată nu asculţi ce-ţi spun! a răbufnit ea.

— Da' cui îi *pasă* de ce fel de chipsuri am cumpărat? Sunt *chipsuril* Cred că atâta lucru ştiu şi singur – să cumpăr nişte chipsuri, am spus eu, convins fiind că acest argument avea să-mi aducă câştig de cauză.

Dar nu a fost aşa.

Ea o tot dădea înainte.

Ceea ce m-a făcut să iau o decizie executivă:

— Lasă-mă să cobor chiar aici!

— Cum să nu! şi a apăsat nervoasă frâna.

Încă înainte să se oprească maşina, am sărit afară, scăpând de ceartă şi de chipsurile acelea. Apoi am văzut-o pe Kristie întorcând maşina şi pornind cu viteză spre casă.

Măi frate, bine că i-am arătat eu cum stau lucrurile! mă gândeam eu în sinea mea. Iar apoi am privit în jur.

Să vă dau un sfat: înainte să vă apuce cheful să coborâţi din maşină, aruncaţi o privire să vedeţi exact în ce zonă vă aflaţi. Pe măsură ce priveam în jurul meu, mi-am dat seama că mă găseam pe un drum forestier rar circulat, practic aiurea. Picnicul fusese organizat într-o pădure unde nu exista nici urmă de civilizaţie pe o rază de 15 kilometri.

Câteva ore mai târziu şi după vreo şapte kilometri de mers pe jos, transpirat, plin de băşici şi cu câte o pereche de mâini şi picioare de care eram convins că nu aveam să mă mai pot folosi vreodată, am ajuns acasă. Cu toate că în casă era linişte, ştiam unde aveam să o găsesc pe soţia mea – adormită în pat. Cam ăsta era modul în care aborda

ea un conflict.

Stăteam acolo şi o priveam. Toată mânia mi se risipise; abia dacă mai puteam sta în picioare.

S-a trezit cât să se întoarcă să mă vadă. Mi-am dat seama că nici ea nu mai era furioasă. Atunci am rostit, umil, acele câteva vorbe esenţiale:

— Dă-te mai încolo.

Epuizat, m-am urcat în pat lângă ea, prea obosit ca să mai pot vorbi, dar dorindu-mi cu disperare să mă împac cu ea. Am zăcut acolo întinşi, în tăcere, până când am adormit amândoi, cufundaţi într-un somn mai mult decât necesar.

Când ne-am trezit, Kristie a spus:

— Văd că ai reuşit să ajungi acasă întreg.

În cuvintele acelea am simţit o undă de compasiune.

— Mi-a luat ceva timp.

Pauză.

— Dar aveam nevoie să mă răcoresc puţin, am recunoscut eu în cele din urmă.

— Te-a văzut cineva? un zâmbet i se schiţă pe faţă.

— Nu. Am apucat să mă ascund la timp în tufişuri, înainte să ia Wallace curba cu Toyota lui. Şi m-am zgâriat.

Am dat pătura la o parte pentru a-i arăta o zgârietură umflată şi o zonă toată julită pe picior.

— Vai, Doamne! exclamă ea şi sări la treabă.

Alergă la chiuveta din baie, luă un prosop şi se întoarse imediat la pat. Am zâmbit când mi-am dat seama ce repede o câştigasem – până mi-am dat seama că de fapt ea se apucase să cureţe cearşaful, şi nicidecum să-mi oblojească piciorul.

Bun, *măcar vorbim*, m-am gândit eu, cam rănit în orgoliul meu.

Atunci mi-am dat seama că eu trebuia să fac primul pas, să fiu grabnic la împăcare. *Cât urăsc partea asta*, îmi trecu mie prin minte în timp ce mă rugam.

— Ascultă, am început eu. Îmi pare rău pentru cele întâmplate.

— Pentru ce anume îţi pare rău mai exact? m-a

întrebat ea. Îmi dădeam seama că nu avea de gând să mă lase să scap cu o scuză evazivă. Pentru ce anume îmi ceri iertare?

OK. Ar fi trebuit să ştiu. Dar cât de greu putea fi?

— Îmi pare rău că am cumpărat punga de chipsuri care nu trebuia, am spus eu, cu cei mai înduioşători ochi de care eram în stare.

Dar ea se încruntă mai tare. O sprânceană se ridică şi mai mult. Evident că o dădusem în bară.

— Nu, David, nu chipsurile sunt problema.

— Păi şi-atunci ce este?

Din fericire, Kristie ştia că texte precum: „N-ar trebui să-ţi spun eu" nu funcţionează la indivizi aşa dezorientaţi ca mine. Mie trebuie să mi se spună cât mai exact posibil, dacă se doreşte să şi pricep ceva.

— Nu ai ascultat ce am avut de spus, a început ea. Când nu dai doi bani pe sugestiile mele… mă simt ca şi când părerea mea nu contează pentru tine. Mă simt ca şi când eu nu contez în ochii tăi. Nu e vorba de chipsuri; e vorba de felul în care mă preţuieşti. Da, chipsurile sunt o chestiune minoră, dar eu te-am rugat ceva în mod foarte specific şi tu ai ignorat rugămintea mea cu bună ştiinţă.

M-am aşezat pentru o clipă, lăsând cuvintele să rezoneze în interior, apoi, cât mai atent posibil, am repetat ceea ce tocmai auzisem.

— Asta înseamnă că, de fapt, nu eşti chiar împotriva chipsurilor cu gust de barbecue?

Ea încuviinţă din cap, apoi aşteptă să continui. Am tras adânc aer în piept.

— Aşa că dacă te-aş fi rugat, simplu, să-mi repeţi ceea ce-mi spuseseşi prima oară, aş fi aflat ce doreai de fapt şi, mai important decât atât, ţi-aş fi demonstrat că te respect pentru că mi-aş fi luat timp să te ascult pe tine şi părerea ta?

Aşteptam verdictul. *Oi fi înţeles cum trebuie de data asta*? mă întrebam eu.

Kristie nu mi-a spus nimic. A început să aplaude. Şi un alt fel de zâmbet i se întinse pe faţă. Acum că fusese

auzită, depănă la loc banda cu cele întâmplate şi trecu la partea ei.

— Şi mie îmi pare rău.

— Serios? Pentru ce?

Nici eu nu aveam de gând să-i uşurez partea.

— Am exagerat. Era, la urma urmei, doar o pungă de chipsuri, iar eu am făcut din ţânţar armăsar. Aş fi putut vorbi cu tine mai târziu despre asta şi să fi acceptat alegerea pe care ai făcut-o pentru chipsurile cu gust de barbecue. Probabil te-am făcut să te simţi nerespectat când te-am tratat ca pe un copil. Acum am ratat picnicul şi tu te-ai şi rănit pe drum spre casă.

În sfârşit se hotărâse să folosească prosopul pentru a-mi îngriji piciorul.

— Mă ierţi?

A fost rândul ei să facă ochii înduioşători – Dar tu mă ierţi? am întrebat-o şi eu.

— Sigur, am răspuns amândoi deodată.

Când ne dăm seama de cât de diferit funcţionează creierii noştri, nu e de mirare că comunicarea între soţi şi soţiile lor poate fi o asemenea provocare. „Eşecul în comunicare [între sexe] reprezintă una din realităţile fundamentale ale vieţii”, scrie Anne Moir, PhD. „În lumina noii înţelegeri [a creierului masculin şi a celui feminin], pare absolut predictibil faptul că femeile vor fi agasate de lipsa de comunicare a bărbaţilor – pentru că creierul masculin nu este structurat în felul acesta”. 2 Pur şi simplu, creierul femeii este în aşa fel conceput, încât procesează şi se bucură de comunicarea verbală într-o mai mare măsură decât creierul bărbatului.

Ce ai spus? Caracteristicile biologice ne fac diferiţi

Intrăm într-o lume plină de diferenţe deja stabilite în ce priveşte modul în care auzim şi vorbim. Efectul testosteronului asupra copilului nenăscut de sex masculin îi modifică creierul în aşa fel încât el este dotat cu centri verbali mai puţini şi mai slab conectaţi între ei decât creierul feminin. Aşa că nu ar trebui să ne surprindă că fetele învaţă să vorbească corect mai devreme decât

băieţii.

Vedem dovezi ale acestor diferenţe încă din perioada în care copiii umblă în patru labe. Nu doar că fetele rostesc primele lor cuvinte la o vârstă mai fragedă decât băieţii, dar au şi tendinţa de a folosi, în vorbire, propoziţii întregi mai devreme decât ei. Aceste diferenţe sunt atât de însemnate, încât la trei ani o fetiţă obişnuită dispune de un vocabular de două ori mai bogat decât un băieţel de nivel mediu – iar vorbirea ei, comparativ cu a lui, este inteligibilă aproape în totalitate.3

Ce se întâmplă la nivelul creierului pentru a se produce aceste diferenţe? Pentru funcţia vorbirii şi cea a limbajului, femeile folosesc arii specifice localizate la nivelul ambelor emisfere cerebrale, în timp ce bărbaţii folosesc doar una dintre emisfere (cea stângă) pentru executarea sarcinilor verbale. Acest fapt a fost confirmat într-un studiu în care un grup de voluntari au ascultat lectura unui pasaj dintr-un roman de John Grisham. Echipa a folosit imagini RMN funcţionale pentru a obţine harta diferitelor arii cerebrale care au fost cele mai active în timpul ascultării pasive. Au descoperit faptul că femeile şi-au folosit ambele emisfere corticale, în timp ce bărbaţii şi-au folosit doar emisfera stângă.4 Descoperirile făcute de alte studii ale imagisticii funcţionale au demonstrat faptul că, atunci când bărbaţii citesc, se înregistrează o intensificare a activităţii doar într-o arie restrânsă din emisfera cerebrală stângă (situată în girusul frontal inferior stâng). La femei, activitatea cerebrală a prezentat intensificări la nivelul ambilor lobi frontali, iar caracterul activităţii era mult mai difuz.5

Cercetarea impactului pe care-l are accidentul vascular asupra individului atestă semnificaţia acestor diferenţe în procesarea limbajului. Atunci când femeile suferă un accident vascular la nivelul uneia dintre emisfere, scorurile înregistrate de ele la testele de vocabular şi de fluenţă verbală au fost doar uşor afectate. Totuşi în cazul bărbaţilor, scorurile la testele de vocabular şi de fluenţă verbală sunt afectate doar atunci când

accidentul vascular se petrece la nivelul emisferei cerebrale stângi.6

Şi totuşi cine sunt cei care vorbesc mai mult – bărbaţii sau femeile? Barbara şi Allan Pease afirmă, fără să citeze vreo sursă, următoarele: „O femeie poate vorbi, fără niciun efort, în medie, şase până la opt mii de cuvinte pe zi. Ea foloseşte, în plus, două până la trei mii de sunete vocale pentru a comunica, precum şi opt până la zece mii de expresii faciale, mişcări ale capului şi alte semnale ce fac parte din limbajul trupului. Acest fapt îi conferă o medie zilnică de peste 20 de mii de elemente folosite în comunicare [...] [Un bărbat] rosteşte cam două până la patru mii de cuvinte şi o mie sau două mii de sunete vocale şi abia dacă emite vreo două până la trei mii de semnale ale limbajului trupului. Media lui zilnică se situează în jurul cifrei de circa şapte mii de «cuvinte» pentru comunicare – puţin peste o treime din capacitatea unei femei". 7

Am descoperit multe alte afirmaţii similare, în care se estimează că femeile folosesc o cifră situată undeva între şapte mii şi 50 de mii de cuvinte pe zi şi că bărbaţii folosesc o cifră situată între două mii şi 25 de mii de cuvinte pe zi. Există două lucruri pe care le au în comun toţi aceşti autori: (1) ei afirmă că femeile folosesc zilnic de două-trei ori mai multe cuvinte decât un bărbat şi (2) nu putem găsi, practic, niciun studiu actual care să le susţină afirmaţiile.

Şi totuşi, afirmaţiile că femeile vorbesc mai mult decât bărbaţii ar putea fi simple mituri populare. Un autor care a cercetat această legendă, a ajuns la următoarea concluzie: „Nu am reuşit să găsesc nicio dovadă a faptului că cineva susţine aceste afirmaţii în urma unui studiu prin care a numărat efectiv cuvintele sau a măsurat timpul folosit pentru vorbire". 8

Un grup care a adunat informaţii pe această temă, a raportat următoarele: „E clar că credinţa susţinută în general că femeile vorbesc mai mult decât bărbaţii nu are nicio bază în literatura de specialitate. Dintre toate studiile

pe care le-am văzut şi care examinau interacţiunea dintre cele două sexe, majoritatea au demonstrat fie că bărbaţii vorbesc mai mult decât femeile, fie că nu există nicio diferenţă între femei şi bărbaţi în ceea ce priveşte numărul de cuvinte rostite". 9

Cel mai recent studiu, publicat chiar în timp ce finalizam această carte, s-a bazat pe cercetători care au folosit aparate digitale de înregistrare a vocii pe o perioadă de opt ani, pentru a număra cât de multe cuvinte rostesc 396 de studenţi de colegiu într-o zi obişnuită. Studenţii au purtat aceste aparate digitale de înregistrare activate de voce care le-au înregistrat vorbirea timp de câteva zile. Uzul lor zilnic de cuvinte s-a calculat prin numărarea cuvintelor înregistrate. Studiul a demonstrat faptul că atât bărbaţii, cât şi femeile vorbesc, în medie, circa 16 mii de cuvinte pe zi.10

Desigur, cum poate ne-am şi aşteptat, cercetătorii au descoperit că există totuşi anumite diferenţe de comunicare între cele două sexe care au constat mai ales în diferenţe de teme discutate de bărbaţi şi, respectiv, de femei. Bărbaţii au vorbit mai mult despre tehnologie şi despre sport, în timp ce femeile au vorbit mai mult despre relaţiile lor. Cercetătorii au descoperit că femeile au utilizat mai ales pronume precum *eu*, *ea* şi *noi*, în timp ce bărbaţii au folosit în vorbirea lor mai ales articolul hotărât şi cel nehotărât. „Acest lucru reflectă realmente ariile lor de interes", afirma unul dintre cercetători. „Nu foloseşti articolul decât atunci când te referi la lucruri concrete. Femeile vorbesc despre oameni. Bărbaţii vorbesc despre unelte şi carburatori". 11

Legătura emoţională

Când vine vorba de vorbit, femeile sunt, desigur, în mod nativ pricepute la asta, se simt excelent când vorbesc şi vorbesc cât pot de mult. În plus, conexiunile neuronice între centrii de procesare emoţională şi centrii memoriei la femeie sunt mai bune, mult mai active şi mult mai puternic legate de centrul vorbirii din creier decât în cazul bărbatului. Ea este în aşa fel concepută încât conectează

amintiri, cuvinte şi sentimente şi, de aceea, conversaţiile pe care le poartă o femeie tind să fie încărcate de emoţii şi de semnificaţii.

Nu tot aşa stau lucrurile în cazul bărbaţilor. Modelul biologic după care au fost concepuţi bărbaţii îi determină să fie mai puţin înclinaţi în a-şi identifica şi în a-şi comunica sentimentele. Având un hipocamp mai redus în dimensiuni, bărbaţii îşi amintesc mai puţine experienţe emoţionale decât femeile. Mai mult, acele porţiuni din creierul lui care procesează emoţiile sunt mult mai mici şi mai slab conectate decât cele corespunzătoare în creierul ei. Astfel, capacitatea unui bărbat de a simţi şi de a-şi exprima sentimentele este separată fizic de abilitatea lui de a le exprima verbal. În conversaţiile lor, bărbaţii sunt mult mai puţin dispuşi (sau chiar capabili) să vorbească despre ceea ce simt şi, de obicei, exprimă un conţinut mult mai puţin emoţional decât o face în mod obişnuit o femeie. Acest lucru explică de ce conversaţiile bărbaţilor sunt de cele mai multe ori presărate cu fapte şi sunt lipsite de sentimente.

Atitudinea rezervată pe care o au bărbaţii faţă de sentimente şi faţă de comunicarea emoţiilor are o bază biologică. Capacitatea lor de a simţi este separată în mod fizic de capacitatea lor de a exprima în cuvinte într-o măsură mai mare decât la femei; mai mult, centrii emoţionali ai creierului masculin au o localizare mult mai discretă decât în cazul femeilor.12

Anne Moir, PhD

Atunci când Barb este supărată sau preocupată de ceva, doreşte să vorbească cu cineva şi să se descarce de tensiune. Atunci când sunt eu supărat, n-am nevoie să mă descarc în mod verbal. Am nevoie să stau să mă gândesc, nu să vorbesc. Atunci când Barb este pusă în faţa unor situaţii sau probleme de ordin emoţional ce trebuie rezolvate, creierul ei este în aşa fel echipat încât trebuie să vorbească cu alţii, pe când creierul meu este conceput în aşa fel încât tot ce-i trebuie este să stea de vorbă cu sine însuşi – sau să se izoleze.

Scanările funcţionale ale creierului demonstrează faptul că atunci când un bărbat doreşte să vorbească cu cineva, emisfera lui corticală stângă devine activă, ca şi când ar fi în căutarea unui centru verbal şi nu l-ar găsi. În consecinţă, soţii nu sunt la fel de pricepuţi la vorbă ca şi soţiile lor. În plus, ariile de procesare corticală pe care le folosesc bărbaţii pentru a rezolva situaţii complicate sau probleme tind să fie identice cu regiunile pe care le folosesc femeile pentru procesarea emoţională.13

Astfel, când un bărbat este preocupat de un proiect, de o problemă, de o activitate stresantă sau de o emoţie, de obicei devine foarte tăcut. În timp ce-şi foloseşte emisfera dreaptă pentru a rezolva probleme sau pentru a face faţă unor sentimente, pentru un bărbat este greu să-şi folosească şi emisfera cerebrală stângă pentru a asculta sau pentru a vorbi. Creierul său compartimentat este conceput în aşa fel încât nu poate face decât un singur lucru odată; e dificil pentru el să rezolve o problemă şi să converseze în acelaşi timp. Scanările funcţionale demonstrează faptul că atunci când un bărbat este aşezat şi tace, creierul lui este fie în repaus, fie „poartă o conversaţie cu sine însuşi” 14.

Majoritatea femeilor găsesc că aşa ceva este de neînţeles – chiar terifiant – dacă nu înţeleg că acesta este modul în care este conceput să funcţioneze creierul unui bărbat. Este aproape opus creierului ei. Creierul femeii nu este niciodată în repaus, iar atunci când este confruntată cu o problemă, ea nu doar că *doreşte* să vorbească; ea *nu poate altfel* decât să vorbească. Conversaţiile ei cu o altă persoană îi permit să-şi reducă nivelul de stres şi să-şi clarifice problema. E important ca bărbaţii să înţeleagă că ea, atunci când procedează astfel, nu este neapărat în căutarea unei soluţii în felul în care, probabil, ar face-o el.

Un exemplu bun s-a ivit chiar în timp ce scriam această carte. În timpul unei furtuni de zăpadă ce a avut loc târziu, aproape de venirea primăverii, am luat o pauză de cafea şi am petrecut câteva momente stând şi privind fulgii mari, pufoşi, de zăpadă ce pluteau prin aer. Mie îmi

treceau tot felul de lucruri prin minte: *Oare vom reuşi să terminăm cartea la timp*? *Oare pe cine voi putea angaja să ne pună tapetul în noua noastră casă*? *Pe cine să chem oare să ne ajute să ne mutăm*? *Oare nu era prea întunecată culoarea pe care o alesesem pentru sufragerie*? *Eram* convinsă *că şi lui Walt i se învârteau multe prin minte*.

— *La ce te gândeşti*? *l-am întrebat*.

— *La nimic, mi-a răspuns el*.

Am fost surprinsă, pentru că se întâmplau atât de multe lucruri în viaţa noastră. Iar eu fusesem atât de sigură că şi el se gândeşte la ceva. Ştiam că eu întotdeauna *mă gândeam la ceva. Dar el şedea acolo, pur şi simplu, fără să se gândească la nimic, bucurându-se de zăpadă*.

Realitatea este că creierul bărbatului şi cel al femeii percep lumea foarte diferit şi comunică în moduri foarte diferite. Vorbim şi auzim limbajul în mod diferit. Spunem mai multe lucruri diferite prin cuvintele pe care le rostim. Drept urmare, poate apărea un blocaj semnificativ în comunicarea dintre noi şi acesta ne poate separa dacă nu suntem conştienţi de diferenţele dintre modurile în care am fost concepuţi şi motivele acestor diferenţe. Pentru a depăşi această prăpastie survenită în comunicare, trebuie să înţelegem nu doar modul în care spunem ceea ce spunem, ci şi ceea ce aude creierul partenerului nostru de sex opus.

Odată ce am ajuns să recunoaştem şi să înţelegem diferenţele noastre de comunicare şi de limbaj, eu şi Barb am reuşit să zâmbim şi să râdem mai des pe măsură ce continuăm să consolidăm căsnicia noastră. În capitolul următor, vă vom împărtăşi câteva din lucrurile pe care le-am învăţat cu privire la clădirea unor punţi eficiente peste această prăpastie.

Decodarea diferenţelor noastre

9

În ce priveşte comunicarea

E absolut firesc ca o femeie să dorească să vorbească

cu bărbatul vieţii ei despre sentimentele şi despre emoţiile pe care le experimentează. E, de asemenea, absolut firesc ca acest bărbat să evite conversaţiile prea laborioase pe cât posibil – mai ales dacă subiectul este unul cu încărcătură emoţională. Având aceste puncte de pornire opuse, n-ar trebui să ne surprindă prea mult faptul că cea mai obişnuită nemulţumire a unei femei legată de viaţa maritală, cel puţin după câţiva ani de la căsătorie, este faptul că soţul ei nu conversează cu ea atât cât ar avea ea nevoie.1

Statisticile cu privire la această problematică prăpastie în comunicare sunt descumpănitoare:

98% dintre femei doresc ca soţul lor să vorbească mai mult despre „gândurile, sentimentele, planurile, emoţiile şi întrebările lor personale” 2.

74% dintre femeile care lucrează susţin că cea mai mare dezamăgire a lor legată de soţul lor este „neplăcerea lor de a sta de vorbă, mai ales la sfârşitul zilei” 3.

81% dintre femei spun că ele trebuie să iniţieze cele mai multe dintre conversaţii şi că întâmpină mari dificultăţi în a-i determina pe bărbaţi să-şi verbalizeze cele mai lăuntrice gânduri.4

Cum probabil aţi ghicit, sensibilitatea unei femei cu privire la această discrepanţă în comunicare are origine biologică – ocitocina, hormonul calmant, al bunei-dispoziţii, al apropierii. Acest hormon o constrânge pe femeie să-şi găsească alte persoane cu care să-şi poată discuta problema „de-a fir a păr”, pentru că, atunci când o face, se simte bine şi o ajută să se elibereze de stres şi de tensiune. Conversaţia cu soţul ei este importantă în mod aparte pentru că îi intensifică sentimentul de apropiere şi de intimitate după care tânjeşte în relaţia cu el.

La fel cum [soţul] este satisfăcut când îi sunt îndeplinite nevoile sexuale, tot aşa şi [soţia] are nevoie de conversaţie. Pentru majoritatea femeilor, conversaţia o face să simtă o dragoste romantică mai intensă [pentru el] pentru că îşi poate împărtăşi viaţa în totalitate cu soţul ei. Atmosfera pe care acest lucru o creează contribuie în mare

măsură la fericirea ei. Bărbatul care îşi ia timp să vorbească cu o femeie va avea acces direct la inima ei.5

Willard F. Harley, PhD

Totuşi, dacă aşteptările unei femei sunt ca soţul ei să fie singura sursă din care să-şi extragă provizia de ocitocină necesară şi care să-i satisfacă nevoia de conversaţie, e foarte probabil că se va simţi neiubită şi destul de singură. Poate că se va aştepta ca soţul ei să fie disponibil şi capabil să-i împlinească toate nevoile emoţionale şi conversaţionale, dar acesta pur şi simplu nu este modul în care este el construit!

Creierul masculin este în aşa fel conceput încât să considere conversaţia drept mijlocul de a ajunge la un anumit rezultat, în timp ce creierul feminin este setat în aşa fel încât vede conversaţia drept un rezultat în sine. Femeile stabilesc relaţii de apropiere prin intermediul conversaţiei şi îşi oferă sprijinul ascultând. Ele se autodefinesc cel puţin în parte prin calitatea relaţiilor şi a conversaţiilor pe care le poartă. Astfel, pentru o femeie vorbitul nu este o activitate opţională, chiar dacă soţul ei nu este prevăzut cu aceeaşi nevoie sau capacitate de a o asculta.

Cercetătorii au descoperit faptul că creierul ei este nu doar conceput în aşa fel încât să asculte cu mai mare acuitate decât creierul lui, dar, mai mult decât atât, o femeie poate folosi până la şase „expresii de ascultare atentă” în oricare perioadă de zece secunde a unei conversaţii.6 Fie că o femeie vorbeşte, fie că ascultă, ele exprimă facial ceea ce simt. Expresia facială a unei femei comunică într-o aşa mare măsură sentimentele ei, încât atunci când două femei stau de vorbă una cu cealaltă, poate fi foarte dificil să îţi dai seama cine împărtăşeşte ceva şi cine ascultă.

Bărbaţii, pe de altă parte, au tendinţa de a asculta fără a afişa vreo expresie facială. Totuşi bărbatul care învaţă să asculte *şi* să reflecte sentimentele soţiei lui în expresiile sale faciale va produce legături foarte, foarte strânse şi apropiate cu soţia sa. Bărbaţii pot fi „speriaţi de

perspectiva folosirii unor expresii faciale în timp ce ascultă, dar răsplata va fi mare pentru bărbatul care va deveni practicant al acestei arte" 7.

Eu şi Barb am reuşit să înţelegem aceste diferenţe şi am învăţat să ne iubim unul pe celălalt cu mai multă căldură odată ce am înţeles felul în care comunicăm fiecare în parte. Atunci când eu şi Barb scriam această carte, de exemplu, eram în acelaşi timp în căutarea unei alte case pentru familia noastră. Barb a luat iniţiativa de a căuta casele care se calificau pentru ceea ce căutam noi şi, în tot acest timp, se simţea uneori stresată şi apăsată. Când se întâmpla aşa, avea nevoie să stea de vorbă şi atât.

Pentru mine, a fost extraordinar să pot vorbi despre toate casele care erau disponibile şi pe care le vizitasem, iar Walt a fost suficient de înţelept să îmi stea la dispoziţie şi să mă asculte în linişte. Nu doream şi nici nu aveam nevoie ca el să treacă la atitudinea lui obişnuită de „luăm problema în mână şi îi găsim o soluţie" Eu nu aveam nevoie decât să mă descarc şi să mă cuibăresc la pieptul lui până mă simţeam din nou relaxată şi liniştită.

Mă simt binecuvântată că Walt procedează astfel, pentru că mulţi bărbaţi consideră faptul de a-şi asculta soţiile o oficială pierdere de vreme. La urma urmei, bărbaţii sunt construiţi în aşa fel încât trebuie să rezolve probleme, să finalizeze proiecte şi să meargă mai departe. La fel este construit şi Walt. Atunci când e stresat, se apucă să trebăluiască câte ceva – îşi face ordine între unelte, se duce să se plimbe, joacă Solitaire *pe computer sau urmăreşte un meci la televizor. Dar el a învăţat în acelaşi timp şi că eu, atunci când sunt stresată, doresc şi am nevoie să stăm de vorbă.*

Soţii şi soţiile lor ar da dovadă de multă înţelepciune încercând să înţeleagă şi să acorde atenţie acestor diferenţe în modul de comunicare. Poţi culege roade extrem de valoroase atunci când alegi să dezvolţi strategii pentru o comunicare mai bună. Nu are niciun rost ca femeile să presupună sau să se aştepte ca bărbaţii să comunice în acelaşi mod în care o fac ele.

Mânia împotriva masculinităţii înnăscute a bărbaţilor este la fel de utilă ca şi mânia din cauza vremii sau a existenţei munţilor Himalaya; credem că e mai eficient să îţi iei un pardesiu de ploaie şi să renunţi la planurile de a face Everestul una cu pământul folosind doar un buldozer.8

Anne Moir, PhD

Bărbaţii se folosesc de limbajul acţiunii

Mie şi lui Barb ne-a fost de mare ajutor să aflăm că un bărbat este conceput în aşa fel încât îşi transformă „emoţia într-o idee care poate fi gestionată în siguranţă” 9. Concentraţiile înalte de testosteron şi de vasopresină din sângele bărbatului îl determină să reacţioneze la factori stresanţi prin dorinţa de a rezolva problema. Astfel, creierul şi hormonii masculini îl constrâng pe un bărbat să reacţioneze la stres şi la emoţii fie apucându-se să lucreze ceva, fie să repare câte ceva. Aceste elemente sunt cele care îl împing la acţiune şi la agresiune, la dominare şi la luarea deciziilor.

Anne Moir, PhD, descrie foarte bine felul în care acest lucru afectează modul în care un bărbat caută în mod natural să comunice cu soţia lui: „Limbajul unui bărbat se regăseşte mai degrabă în vocabularul acţiunii – efectuarea unor lucruri, participarea la anumite activităţi, exprimarea sentimentelor prin cadouri non-verbale, prin favoruri sau prin gesturi fizice. A ţine uşa deschisă sau a duce cumpărăturile în casă nu reprezintă o simplă convenţie socială; este varianta masculină pentru: «Ţin la tine.» „10

Atunci când un cuplu nu înţelege această dinamică, se poate ajunge la mari dificultăţi de comunicare, cum s-a întâmplat şi în cazul unor prieteni de-ai noştri de curând căsătoriţi.

Soţia se plângea de faptul că soţul ei nu avea o atitudine iubitoare faţă de ea. Reacţia lui a fost să se apuce să planteze flori şi să tundă iarba în locul ei. Dar ea tot nu era mulţumită, aşa că el a zugrăvit sufrageria pentru ea.

Nici asta nu a fost de prea mare folos, aşa că a

cumpărat nişte bilete la un meci al echipei Denver Boncos. Nu-şi imagina nimic care să poată fi mai distractiv pentru ei doi decât să participe împreună la un meci de fotbal american. Când i-a spus de bilete, ea a izbucnit în plâns. El a rămas gură cască şi a reacţionat imediat ÎA mod defensiv. N-a mai trebuit mult şi ne-am trezit cu ei la noi acasă, implicaţi într-o ceartă de proporţii.

Pe măsură ce stăteam de vorbă, ne era tot mai clar că toate acţiunile lui din curte şi zugrăvitul au fost încercările lui de a-i arăta ei cât de mult o iubea. Biletele la meciul echipei Bronco au fost punctul culminant – cel mai extraordinar lucru pe care şi-ar fi putut imagina făcându-l cu cel mai bun prieten al lui, soţia lui. Ea nu avea nici cea mai mică idee că acţiunile lui erau expresii ale dragostei şi ale compasiunii lui; ea era frustrată de faptul că el părea să nu-şi dea seama că ceea ce-şi dorea ea mai mult decât orice altceva era doar ca el să se aşeze lângă ea şi să stea să o asculte puţin.

Pentru a-i dovedi cât de mult o iubeşte, el a escaladat cel mai înalt munte, s-a aruncat în cel mai adânc ocean şi a traversat cel mai întins deşert.

Dar ea l-a părăsit – el nu era niciodată acasă.11

Barbara şi Allan Pease

La începutul căsniciei noastre, eu şi Barb ne-am războit cam în acelaşi fel. Când Barb îmi împărtăşea provocările cu care se confrunta, eu credeam că îmi dă o listă cu probleme pe care ea se aştepta să le rezolv. Cu cât vorbea mai mult, cu atât mă simţeam eu mai inconfortabil. S-o ascult vorbind atât de mult nu era doar nefiresc, ci era şi dureros. De ce? Păi, bărbaţii pur şi simplu nu sunt făcuţi să-i asculte pe alţii vorbind la infinit despre probleme – noi suntem făcuţi să facem ceva pentru rezolvarea lor.

Femeile înfloresc cu limbajul relaţiei

Cu toate că sunt bucuroasă pentru că Walt a învăţat cât de important este să mă asculte şi să vorbească cu mine, înţeleg în acelaşi timp şi că intenţia Creatorului pentru amândoi este ca eu să îmi găsesc alte femei cu care să pot clădi relaţii şi legături emoţionale. Eu mă desfăt şi

am nevoie de conversaţii prelungite în viaţa mea – ceva ce Walt nu este programat să-mi ofere.

Am fost uşurat să îmi dau seama că eu *nu* eram echipat sau conceput pentru a-i împlini sau pentru a satisface toate nevoile emoţionale ale lui Barb. Şi ea, *şi* eu avem nevoie ca ea să cultive relaţii semnificative şi satisfăcătoare cu alte femei şi să petreacă timp cu ele. De fapt, cercetătorii au descoperit că o căsnicie este mai fericită atunci când soţiile îşi compensează deficitul conversaţional al relaţiei cu soţul lor prin relaţiile cu prietenele lor.12

De aceea este important pentru mine să-mi fac timp pentru a întreţine relaţii cu alte femei. Prietenele şi părtăşia sunt esenţiale pentru sănătatea mea emoţională.

Ni se pare cât se poate de natural că cel mai apropiat prieten al majorităţii femeilor ar trebui să fie tot femeie, pentru că biologia femeilor pune mare preţ pe relaţii şi cine se aseamănă se adună.13

Anne Moir, PhD

Eu şi Barb suntem şi am fost în ultimii treizeci şi cinci de ani, cei mai buni prieteni unul pentru celălalt. Totuşi, dintr-un motiv oarecare, am avut întotdeauna înţelegere pentru faptul că Barb avea nevoie de prietenele ei cu care să poată interacţiona şi sta de vorbă. Am înţeles că acest lucru este sănătos nu doar pentru ea, dar şi pentru relaţia şi pentru căsnicia noastră. Cred că unii bărbaţi pe care-i consiliez pur şi simplu nu înţeleg acest principiu fundamental legat de creierul bărbatului şi creierul femeii, şi anume faptul că o femeie trebuie să aibă posibilitatea de a sta de vorbă cu o altă femeie pentru a fi sănătoasă din punct de vedere emoţional. Chiar şi aşa, acest fapt nu m-a scutit de dorinţa şi de nevoia de a învăţa cum să stau de vorbă cu Barb şi cum să o ascult când are nevoie de asta.

L-am încurajat pe Walt să petreacă mai mult timp stând de vorbă cu mine şi am fost şi eu încurajată pe măsură ce el învăţa cum să-mi împărtăşească cele mai profunde sentimente ale lui. Fără îndoială, a fost mult mai

bine pentru mine să accept modul unic în care am fost creaţi fiecare şi să caut să-mi satisfac multe dintre nevoile mele conversaţionale cu alte femei. O femeie care încearcă să schimbe modul în care a fost conceput soţul ei sfârşeşte de obicei prin a se simţi şi mai singură pentru că el nu este echipat să-i satisfacă nevoia emoţională de conversaţii prelungite.

Chiar siguranţa şi sănătatea relaţiei ei şi ale familiei pot depinde de modul în care o femeie reuşeşte să cultive relaţii bazate pe ocitocină cu alte femei […] cu care să îşi poată dezvolta mai bine propria lume emoţională şi astfel să-şi detensioneze relaţia cu partenerul ei.14 Michael Gurian

Descifrarea limbajului indirect

Femeile nu folosesc limbajul în acelaşi mod literal ca şi bărbaţii. Pentru ele, definiţiile precise sunt lipsite de relevanţă – deoarece pentru ele sunt mult mai importante sentimentele. Astfel, licenţele poetice şi exagerările nu sunt neobişnuite în

Creierul lui, creierul ei repertoriul lingvistic al unei femei. De fapt, femeile sunt experte în limbajul indirect – conversaţii care sunt suprasaturate de emoţii şi de semnificaţii.

Limbajul indirect nu este, practic, niciodată o problemă atunci când este folosit în comunicarea cu alte femei. Genul de limbaj folosit adesea de femei va include calificative de genul „ca să zic aşa”, „oarecare”, „într-o anumită măsură”, „ai putea”, „puţin cam”, „întotdeauna” şi „fiecare” – pe lângă o mie de alte asemenea expresii. Femeile înţeleg instinctiv ceea ce doreşte să spună o altă femeie atunci când foloseşte genul acesta de vorbire. Aceste cuvinte generează raportarea şi relaţia între femei. Dar un astfel de limbaj poate fi dezastruos dacă este folosit în comunicarea cu bărbaţii.

Bărbaţii sunt mult mai direcţi, concreţi şi faptici în comunicare. Deoarece bărbaţii tind să aibă şi să folosească un singur centru verbal care este slab conectat cu centrul lor de procesare emoţională, bărbaţii au tendinţa de a

folosi mai puţine cuvinte şi propoziţii mai scurte pentru a comunica. Bărbaţii aud şi folosesc cuvintele literal. „Spune ce gândeşti şi gândeşte ce spui” este un dicton conform căruia comunică majoritatea bărbaţilor. Vorbirea noastră tinde să folosească calificative precum „niciunul”, „absolut”, „niciodată”, „vrei”, „când vei” şi altele. Dar un astfel de limbaj poate fi problematic atunci când un bărbat îl foloseşte în comunicarea cu o femeie.

Ce spun femeile şi ce vor să spună, de fapt

Bărbaţii care se laudă cu faptul că spun ceea ce gândesc sunt adesea confuzi şi induşi în eroare de limbajul indirect pe care-l folosesc adesea femeile. Pentru a-i scoate din ananghie pe bărbaţi, un comentariu plin de umor asupra diferenţelor între ceea ce spune o femeie şi ceea ce doreşte ea să spună, de fapt, face următoarele observaţii:

Cum se manifestă comunicarea directă versus cea indirectă în viaţa noastră? Iată un exemplu care se petrece săptămânal în căsnicia noastră. Gunoiul este colectat pe strada noastră marţi dimineaţa. Există un set de propoziţii pe care le-aş putea folosi în fiecare luni seara. Lista asta cuprinde toate nuanţele posibile, de la afirmaţii indirecte (mai probabil folosite şi înţelese de mine) la cele directe (mai probabil folosite şi înţelese de Walt). Poate că vei regăsi ecouri din conversaţiile care au loc sub acoperişul casei voastre:

N-ai avea chef să scoţi tu gunoiul în seara asta?

N-ar fi bine dacă am scoate gunoiul acum, seara?

6

Când o femeie spune că „e OK”, tocmai a făcut una din cele mai periculoase afirmaţii pe care i le poate face unui bărbat. „E OK” înseamnă că ea se pregăteşte să îşi stoarcă minţile pentru a-ţi plăti cu vârf şi îndesat pentru orice-ai fi făcut. Cândva, în viitorul apropiat, te vei afla într-o belea de toată frumuseţea.15

Când o femeie spune „bine”, acesta este cuvântul pe care ea îl foloseşte pentru a încheia o discuţie contradictorie în care ea simte că are dreptate şi că tu ar trebui să taci. Niciodată nu folosi cuvântul „bine” pentru a

descrie modul în care arată o femeie.

Când o femeie spune „cinci minute”, asta înseamnă „o jumătate de oră”. E echivalent cu cele cinci minute cât mai durează meciul de fotbal înainte să duci gunoiul, aşa că sunteţi chit.

Atunci când o femeie spune „nimic”, asta înseamnă „ceva” şi ar trebui să fii în gardă. „Nimic” este folosit, de obicei, pentru a descrie sentimentul pe care-l are o femeie când doreşte să te întoarcă pe dos şi să te dea peste cap. „Nimic” înseamnă de obicei o ceartă care va dura „cinci minute” şi care se va sfârşi cu cuvântul „bine”.

Nu crezi că ar trebui scos gunoiul?

Vrei, te rog, să scoţi tu gunoiul?

Ai de gând să scoţi gunoiul?

Scoate gunoiul chiar acum!

Walt ar putea răspunde literal cu „da” la fiecare dintre primele trei variante şi totuşi să nu mişte niciun deget şi să nu scoată gunoiul – chiar dacă, de obicei, o face pentru mine cu bucurie.

Aşa că atunci când Barb mă întreabă: „N-ai putea să scoţi gunoiul?” eu tind să iau întrebarea în mod literal. Desigur, *pot* scoate gunoiul. Sunt destul de puternic. Ştiu cum se face treaba asta. Aşa că în momentul în care eu îi răspund cu „da”, acest lucru *nu* îi va împlini, efectiv, nevoia şi nici nu-i va răspunde cu adevărat întrebării.

Eu pot alege să mă enervez sau să devin irascibilă, pot alege să devin cicălitoare sau pot alege să comunic într-un mod în care el să şi audă exact ceea ce vreau de fapt să-i transmit. Pentru mine, este cel mai uşor să folosesc pur şi simplu limbajul direct cu el.

Sugestii pentru viaţa de zi cu zi pentru a trece peste prăpastia în comunicare

Vestea bună pentru bărbaţi este că, de obicei, nu ni se cere să răspundem nevoii de a vorbi a soţiei noastre altfel decât ascultând-o. Atunci când ea a terminat de vorbit, se simte mai bine – în ce priveşte lumea, problemele ei, propria ei persoană şi în ceea ce te priveşte pe tine! Mulţi bărbaţi se vor întreba: „Şi eu de unde să ştiu

dacă ea se aşteaptă să iau iniţiativa şi să trec la treabă sau dacă este suficient să o ascult?" Ei bine, fă ceea ce te pricepi cel mai bine. Fii direct! Întreab-o! Când începe să-şi verse oful, spune-i: „Iubito, doreşti doar să te ascult sau ai vrea să-ţi dau vreun sfat?" Ea va fi încântată să te lămurească!

Şi soţiilor, amintiţi-vă cât de bine se descurcă soţul vostru cu varianta directă de comunicare. Uneori îi spun lui Walt: „*Te rog să mă asculţi aşa cum fac Jennifer, Marian, Kethleen sau Penny*".

Chiar şi eu îmi dau seama ce vrea să-mi spună cu asta!

Dacă am de lucru la birou, mi-e de folos dacă Barb îmi spune simplu când doreşte să stăm de vorbă şi cam cât ne va lua treaba asta. Ea vine şi-mi spune ceva de genul: „Hei, scumpule. Ai timp să iei o pauză cam peste o jumătate de oră?" Asta e o chestie excelentă din partea lui Barb. Faptul că-mi oferă o oră precisă, un loc şi un plan este modul ei de a apela la modelul de creier cu care am fost echipat şi mă face să mă simt apreciat. De vreme ce mintea mea sistematizează, compartimentează şi funcţionează optim executând o singură sarcină odată, prima regulă a succesului când vorbeşti cu un bărbat este să vorbeşti răspicat. Care este secretul meu de reuşesc să-l ajut pe Walt să mă asculte? E destul de uşor:

Fă-ţi programare. La micul-dejun, îi spun ceva de genul: „*Dragule, am putea discuta diseară, după cină, despre planurile noastre de concediu*?"

Spune-i ceva despre tema discuţiei. Eu aş spune: „*Aş vrea să vorbim despre care ar fi cea mai bună perioadă în care să ne programăm să ducem maşina la reparat*".

Transmite-i că există o limită de timp. „*Ai putea să îţi pui zece minute deoparte în pauza dintre reprizele meciului ca să povestim*?"

Precizează dacă doreşti o soluţie la subiectul pe care-l discutaţi sau dacă tot ce aştepţi din partea lui este doar să te asculte.

Asigură-te că atenţia nu-i este distrasă de alte

zgomote de fond (*nu-s copiii prin preajmă, televizorul nu este deschis şi nici nu se aude muzica de la radio*).

Dacă doreşti să comunici cu soţul tău, nu-l întrerupe când vorbeşte. Multe femei nu realizează acest lucru, dar bărbaţii se întrerup unul pe celălalt doar atunci când există un nivel înalt de competitivitate sau agresivitate.

Acest aspect poate deveni unul foarte dificil pentru noi, femeile, pentru că atunci când stăm de vorbă cu prietenele noastre, vorbim în acelaşi timp despre tot felul de subiecte. Astfel ne stimulăm mintea, ne cultivăm prietenia şi ne întărim relaţia. Participarea mea activă le indică celorlalte femei că le plac şi că le accept. Dar acest lucru nu *funcţionează când stau de vorbă cu Walt. Cu femeile, vorbesc apelând la limbajul meu feminin; cu Walt, a trebuit să învăţ să vorbesc pe limba lui.*

În fine, femeile trebuie să înţeleagă că atunci când un bărbat nu vorbeşte, acest fapt nu constituie în sine un semn că ceva nu este în regulă. Vestea bună pentru femei este că atunci când un bărbat tace, de obicei nu este *nimic* în neregulă cu voi sau cu relaţia voastră. De fapt, chiar faptul că-i oferi acest timp de linişte de care are el nevoie vă poate consolida relaţia. Când va fi pregătit, va vorbi el.

Odată ce eu şi Barb am început să înţelegem aceste diferenţe de construcţie dintre creierul masculin şi cel feminin, am învăţat cum să comunicăm mai eficient. Ne-am identificat nevoile unul altuia şi am găsit modalităţi prin care să putem veni în întâmpinarea acestora. Am învăţat să apreciem şi să negociem folosind metodele noastre unice de comunicare. Şi pentru că am lucrat în această privinţă formând un cuplu, dificultăţile în comunicarea dintre bărbat şi femeie care pot zdruncina atât de multe mariaje pe noi chiar ne-au ajutat să ne consolidăm viaţa de căsnicie.

Comunicarea sănătoasă şi o relaţie sexuală satisfăcătoare sunt fundamentale oricărei căsnicii fericite. Am analizat modul atât de diferit în care comunică creierul bărbatului şi creierul femeii; haideţi să ne îndreptăm acum atenţia la legătura dintre sex şi creier.

PARTEA 3

Creierul lui, *creierul ei*

Impactul asupra relaţiilor

Sexul la nivel mintal

Care este cel mai important organ sexual al omului? Vreţi să credeţi sau nu, este vorba despre chiar creierul tău!

Probabil nu vă surprinde deloc faptul că atunci când am pus această întrebare oamenilor, femeile au dat de obicei răspunsul corect. Dar care credeţi că a fost răspunsul bărbaţilor? V-aţi prins!

Creierul este într-adevăr cel mai sexual organ dintre toate. Este locul de origine al tuturor impulsurilor sexuale şi locul de incubaţie al dorinţelor sexuale. Centrul de control sexual al unui bărbat de la nivelul sistemului limbic, în special la nivelul hipotalamusului, are dimensiuni mult mai mari decât în cazul femeii şi este foarte sensibil la acţiunea testosteronului. Ţinând cont de faptul că bărbaţii au un hipotalamus mai mare decât femeile şi o concentraţie de cincisprezece până la douăzeci de ori mai mare de testosteron circulant care le stimulează dorinţa de sex, nu e de mirare că dorinţa sexuală masculină este atât de intensă. Femeile au o concentraţie mai mică de testosteron şi un hipotalamus mai mic, drept urmare şi dorinţa lor sexuală este, de obicei, mai puţin intensă decât cea a bărbatului.

Aceste diferenţe biologice fundamentale sunt doar primele dintre nenumăratele moduri în care creierul masculin şi cel feminin funcţionează diferit când vine vorba despre sex:

Bărbaţii tind să aibă o orientare mai pronunţată pe plan fizic; femeile tind să fie orientate mai mult spre planul emoţional şi relaţional.

Bărbaţii sunt stimulaţi de imagini şi de vedere; femeile sunt stimulate de sentimente, de miros, de atingere şi de cuvinte.

Bărbaţii pot iniţia un act sexual oricând şi oriunde; femeile iau mai rar iniţiativa în acest sens.

Bărbaţii răspund mai rapid pe plan sexual şi e mai dificil să le distragi atenţia în timpul unui act sexual; răspunsul femeii este mai lent şi mult mai uşor de perturbat.

Bărbatul are nevoie să aibă un orgasm pentru a fi satisfăcut sexual; femeile, nu.

Orgasmul bărbatului este scurt, intens, orientat în plan fizic şi unic; orgasmul femeii este mai lent, mai intens, orientat în plan emoţional şi (cel puţin potenţial) multiplu.

În ciuda acestor diferenţe extreme, sexul este o parte necesară şi foarte de dorit a unei căsnicii sănătoase. Atunci când relaţia sexuală este sănătoasă, cuplurile au ocazia de a oferi şi de a beneficia de plăcere fizică şi se bucură de o legătură esenţială pe plan emoţional şi spiritual. Sexul poate intensifica sau poate reduce apropierea, intimitatea şi un anume sens al conectării reciproce. Totuşi, atunci când aceste diferenţe nu sunt respectate şi când nevoile sexuale nu sunt satisfăcute, acest lucru poate conduce la conflicte în căsnicie. Pe scurt, sexul este o legătură puternică ce poate consolida sau poate destrăma o relaţie; are calitatea de a fi în stare „să întărească sau să destrame o relaţie maritală” 1, mai ales dacă bărbaţii şi femeile nu înţeleg felul în care este conceput creierul masculin şi cel feminin. Dr. Willard Harley a observat următorul aspect: „Soţia tipică nu înţelege nevoia profundă sexuală a soţului ei mai mult decât înţelege un soţ tipic nevoia profundă de afecţiune a soţiei lui”. 2

Bărbaţii sunt ca şi cuptorul cu microunde, femeile sunt ca şi soba cu lemne

Dorinţa sexuală a bărbatului poate fi activată aproape instantaneu. E ca şi când ai găti la cuptorul cu microunde: nu trebuie decât să apeşi pe butonul potrivit şi, în câteva secunde, alimentele sunt fierbinţi, aburinde şi gata de servit.

Dorinţa sexuală a femeii este puţin diferită. Conexiunile ample între sistemul ei limbic, emoţii şi conexiunile verbale, la care se adaugă sensibilitatea pielii

la atingere, a urechilor la sunete şi a nasului la diferitele miresme, o fac să se încălzească lent, la fel ca o sobă cu lemne. Poate că le ia ceva mai mult să se înfierbânte, dar odată ce au ajuns la acel punct, ele îşi pot păstra căldura şi dispoziţia o bună bucată de vreme!

În cazul unui bărbat, nu trebuie decât să adaugi o imagine vizuală sau un gând la testosteronul lui permanent gata de atac şi e „gata" De la începutul actului sexual până la atingerea orgasmului, unui bărbat nu-i sunt necesare de obicei mai mult de două minute şi jumătate. Pentru o femeie, de obicei sunt necesare treisprezece minute.3

Noi, femeile, suntem setate astfel încât răspundem la stimularea simţurilor noastre non-vizuale – la ceea ce mirosim, auzim sau simţim. Aşa că ne dorim un bărbat cu o vorbire blândă, cu mâini domoale şi cu un parfum sexy. Ne dorim să fim atinse uşor şi tandru în timp ce urechile ne sunt mângâiate de acele „dulci nimicuri" şoptite cu blândeţe şi cu dragoste.

Barb Larimore

Dorinţa sexuală a femeii rezultă din interacţiunea unui mare număr de factori emoţionali, inclusiv – dar nu exclusiv – apropierea, încrederea, un loc sigur, atingerea potrivită, un parfum plăcut şi cuvintele potrivite care pot duce la eliberarea hormonilor ei sexuali. Creierul şi hormonii ei o setează pentru conversaţii, îmbrăţişări, dezmierdări, mângâieri şi apropiere fizică. Din cauza acestui fel în care este creată, dorinţa de sex a femeii poate fi considerabil afectată atât de evenimentele pe care le-a experimentat peste zi, dar şi de atitudinea lui faţă de ea din decursul ultimelor ore, zile, săptămâni sau luni.

Creierul feminin are nevoie de timp şi de cuvinte înainte, în timpul şi după actul sexual. Iar acest lucru se datorează faptului că cuvintele sunt mai importante decât orice altceva pentru creierul ei. Procesarea limbajului este conectată profund şi intim cu centrul emoţional şi cu dorinţa sexuală. Pentru ea, un act sexual necesită de obicei anticipare, pregătire şi o atmosferă corespunzătoare – pe plan fizic şi emoţional. Un bărbat care înţelege nevoia ei

de o abordare lentă, blândă, într-un ambient sigur şi liniştit şi care caută să-i satisfacă aceste nevoi va fi din plin răsplătit pentru investiţia pe care o face.

Dacă ei îi sunt necesare cuvinte de afecţiune şi care să-i dea un sentiment de siguranţă care să-i fie transmise înainte de iniţierea actului sexual, lui nu-i trebuie prea multe vorbe. De fapt, creierul lui este atât de compartimentat, încât atunci când se implică într-un act sexual, el vorbeşte foarte puţin sau chiar deloc. Această tăcere din timpul actului sexual o poate determina pe femeie să creadă că bărbatul nu este cu adevărat interesat de persoana ei – ci doar de actul propriu-zis. Adevărul e undeva la mijloc. În timpul actului sexual, un bărbat îşi foloseşte preponderent emisfera cerebrală dreaptă. Scanări funcţionale ale creierului efectuate în timpul unui act sexual (da, chiar se investighează aşa ceva) demonstrează faptul că „el este atât de concentrat pe ceea ce face, încât practic este surd” 4. Nici nu e de mirare că nu vorbeşte!

Oricum, bărbaţii pot răspunde oferind un anumit gen de feedback în timp ce fac dragoste: „Cât de bine mă simt”, „Stai puţin mai încet” sau un simplu „Ooh” sau „Ahh”. Dar dacă vei începe să porţi o conversaţie cu el în timpul actului sexual, el este silit să îşi comute activitatea din emisfera dreaptă spre centrul vorbirii din emisfera stângă – şi asta e ca şi cum ai băga în marşarier o maşină de curse aflată în plină competiţie. Femeile pot foarte bine să îndeplinească două sarcini simultan: să facă sex şi să vorbească, dar majoritatea bărbaţilor nu pot face asta.

Cu toate că un bărbat poate fi aproape surd în timpul unui act sexual, o femeie nu e. În timpul actului sexual, ea poate procesa multe zgomote furnizate de ambient. În timp ce bărbaţii pot întreţine un act sexual aproape oriunde – într-o încăpere cu pereţi subţiri, în aer liber, într-o cameră cu o uşă deschisă sau neîncuiată – majoritatea femeilor pur şi simplu nu se simt în siguranţă în aceste locaţii. Iar dacă o femeie nu se simte în siguranţă, ea va avea reale probleme în a se pregăti pentru actul sexual propriu-zis.

Jim, un tânăr căsătorit pe care l-am consiliat cândva, a învăţat cât de important este acest principiu în timpul lunii de miere. După ce s-au întors acasă, Jim mi-a spus: „Cu toate că eram numai noi într-un apartament, cu uşa de la intrare încuiată, ea nu s-a putut relaxa suficient până ce am încuiat şi uşa de la dormitor. Chiar şi uşa ce dădea spre baie din dormitor trebuia să fie închisă!” Cam aşa lucrează creierul unei femei!

El fierbe, ea doarme

Pentru un bărbat, sexul poate fi o descărcare şi îl poate face să se relaxeze.

Pentru o femeie stresată şi moartă de oboseală după o i petrecută opt ore la serviciu sau alergând după copii sau făcând tot felul de lucruri prin casă toată iulica, când se apropie seara înseamnă că se apropie ora de culcare – timpul de odihnă.

Dorinţa lui sexuală este „trează şi gata de atac!”

Ea este gata să se culce.

El începe să acţioneze.

Ea nu este în dispoziţia necesară.

El se plânge de faptul că ea nu răspunde dorinţelor lui sau că nu-l iubeşte – sau chiar mai rău.

Ea crede că el este insensibil şi că nu o iubeşte – sau chiar mai rău. El începe să fiarbă şi se închide în el din punct de vedere emoţional.

Ea doarme.

Bărbaţii reacţionează la ceea ce văd, iar femeile, la ceea ce simt

A-i cere unui bărbat să nu observe formele, curbele şi lungimea picioarelor unei femei care arată bine este ca şi când i-ai cere să nu mai respire. În multe sensuri, creierul lui este conceput să răspundă la forma unei femei atrăgătoare în acelaşi fel în care reacţionează când vede un computer de ultimă oră, o maşină ultramodernă sau un televizor cu ecranul plat care-ţi ia privirile.

Când femeile îi văd pe bărbaţi întorcându-şi capul pentru a studia o altă femeie ce se unduieşte nonşalant de-a lungul trotuarului, ele tind să aibă o părere negativă

despre propria lor persoană. (Ew *nu voi putea arăta niciodată aşa. Ea e mult mai atrăgătoare decât mine*!) sau gândesc lucruri negative cu privire la soţul lor (*Netrebnicule, o preferi pe ea sau pe mine*?) Totuşi adevărul e că orice femeie atrăgătoare va capta atenţia unui bărbat.

Dacă se întâmplă aşa ceva în timp ce mă plimb împreună cu Barb, îmi întorc privirea la ea şi îi spun: „Ea nu-ţi ajunge nici la degetul mic, scumpo".

Când procedează astfel, Walt mă face să mă simt în siguranţă în relaţia noastră şi îmi destramă imediat orice ameninţare pe care o simt. Iar eu îi spun: *„Apreciez că nu tragi cu ochiul în public*".

Adevărul e că bărbaţii sunt stimulaţi şi excitaţi din punct de vedere sexual de ceea ce văd – în special de corpul dezgolit al unei femei. Acesta este, în parte, motivul pentru care 76% dintre bărbaţi îşi doresc să facă sex cu lumina aprinsă (în timp ce acelaşi lucru îl pot spune doar 36% dintre femei).5 Este în avantajul unei soţii să-i ofere, în intimitate, suficiente ocazii de a o vedea dezbrăcată încât imaginile care se imprimă la nivelul amigdalei şi al hipocampului lui să fie ale ei şi doar ale ei.

O femeie, pe de-altă parte, nu este excitată de obicei când îşi vede soţul dezbrăcat. Nu e vorba de faptul că ea nu-şi doreşte să-l vadă, doar că drumul spre inima ei duce prin ceea ce simte şi percepe, nu prin ceea ce vede. Ceea ce o excită pe ea sunt dezmierdările şi sentimentele romantice. Aşa că majoritatea femeilor preferă să facă dragoste cu luminile stinse – şi majoritatea îşi vor închide ochii în timpul actului sexual, pentru că „acest lucru se potriveşte echipamentului senzorial fin reglat al unei femei" 6.

După un act sexual, descărcarea de ocitocină ce are loc în cazul femeii o face sensibilă la îmbrăţişarea, la cuibăritul, la şoaptele, la atingerile şi la cuvintele blânde ale unui bărbat. Bărbatul care îi oferă soţiei lui aceste cadouri determină descărcarea altor substanţe chimice în creier – dopamina care-i va oferi sentimentul de bine,

feniletilamina şi endorfinele care îi intensifică sentimentul că este iubită şi serotonina care-i amplifică sentimentele de siguranţă şi de stabilitate emoţională.7 Pentru multe femei, sentimentele de apropiere, de căldură, de siguranţă, de intimitate şi de afecţiune pot fi la fel de satisfăcătoare ca şi un orgasm.

A face sex sau dragoste – chiar contează?

Chiar şi modul în care se gândesc bărbaţii şi femeile la sex este diferit. Atunci când un soţ se gândeşte la a face sex cu soţia lui, de obicei asta *nu* include „relaţii complicate, elaborări emoţionale, scenarii complicate, flirturi, curtare şi un preludiu prelungit" 8. El nu-şi imaginează nimic altceva decât actul sexual şi atât.

Aşa că bărbaţii, în cele mai multe cazuri, pot face sex sau dragoste. Pentru că ambele situaţii se finalizează cu orgasm pentru el.

Totuşi, majoritatea femeilor preferă „să facă dragoste" în loc „să facă sex". Făcând dragoste, ea se simte iubită şi preţuită şi, fiind iubită şi oferind dragoste în schimb, acest lucru se concretizează în combinaţia organică a substanţelor chimice care o determină să iubească făcând dragoste.

Dar un bărbat nu este nevoit să iubească făcând dragoste. Indiferent dacă îşi dă seama de acest lucru sau nu, uneori el îşi doreşte să facă sex doar pentru a se elibera de stres. Creierul lui răspunde la stres şi la emoţii printr-o reacţie fizică (spre deosebire de reacţia emoţională sau verbală pe care o prezintă o femeie). În acelaşi fel, bărbaţii care se confruntă cu vreo problemă sau care sunt implicaţi într-o dispută descoperă faptul că sexul are calitatea de a diminua conflictul şi emoţia pe care le percep.

În această situaţie, soţia poate avea resentimente pentru a face sex – mai ales înainte ca preludiul să o pregătească pentru actul în sine. Totuşi, uneori, a accepta să întreţină un act sexual cu el este exact ceea ce-i trebuie lui pentru a-şi rezolva problema.

Există puţine probleme pe care le poate avea un

bărbat şi care să nu le rezolve o partidă fantastică de sex.9

Barbara şi Allan Pease

Indiferent de motiv, majoritatea bărbaţilor se gândesc la sex mult mai des decât soţiile lor. De fapt, aproape de trei ori mai mulţi bărbaţi decât femei se gândesc la sex cel puţin o dată la fiecare treizeci de minute.10 Un studiu efectuat pe plan naţional a descoperit că 70% dintre bărbaţi se gândesc la sex în fiecare zi, procent care a fost dublu faţă de cele 34 de procente corespunzătoare femeilor. Mai mult, 43% dintre bărbaţi se gândesc la sex de câteva ori pe zi, în timp ce doar 13% dintre femei fac aşijderea.11 Un alt studiu a observat că doar 19% dintre femei se gândesc la sex în fiecare zi sau de câteva ori pe zi – în timp ce 14% dintre femei se gândesc la sex mai puţin de o dată pe lună.12

Spune-i unui bărbat că 67% dintre femei se gândesc la sex doar de câteva ori pe lună (sau cel mult de câteva ori pe săptămână), şi se va uita la tine de parcă i-ar fi ieşit cine ştie ce monstruozitate în cale – o astfel de cifră pur şi simplu este de neconceput pentru el!

Femeile îşi doresc să facă mult sex cu bărbatul pe care-l iubesc, în timp ce bărbaţii îşi doresc să facă mult sex.13 Glen Wilson, PhD

Pentru a-şi dori să facă sex, un bărbat nu trebuie să facă altceva decât să se ducă acasă şi să-şi vadă soţia. Dar atunci când o soţie se gândeşte la sex cu soţul ei, gândurile ei sunt pline de „detalii legate de partenerul ei şi de atmosferă” 14. Aşa că pentru un cuplu este important să înveţe să comunice unul cu celălalt cu privire la dorinţele şi la aşteptările pe care le au cu privire la a face sex sau dragoste.

Atunci când un bărbat îi cere unei femei să reacţioneze din punct de vedere sexual la imagini sau la gânduri aşa cum o face el este echivalent cu a-i cere să facă ceva ce este străin de natura şi de felul în care a fost ea concepută. Noi, soţiile, le putem oferi soţilor noştri reţeta pentru o viaţă sexuală extraordinară – dar ei trebuie să fie dispuşi să-şi ia timp pentru a pregăti masa, pentru a

aranja tacâmurile, pentru a aprinde lumânările şi pentru a savura câteva feluri de mâncare! *Dacă un bărbat încearcă să sară direct la desert încă de la bun început, s-ar putea să sfârşească mort de foame*.

Bărbaţii savurează sexul, femeile savurează intimitatea

Băieţi, doar pentru faptul că soţiile voastre nu-şi doresc un act sexual cu aceeaşi intensitate cu care vi-l doriţi voi, nu faceţi greşeala de a vă închipui că ea nu este interesată deloc de intimitatea sexuală. Un studiu efectuat pe plan naţional a descoperit că şapte din zece femei au afirmat că se gândesc „adesea" sau „în cea mai mare parte a timpului" la relaţia cu soţul lor şi la sentimentele pe care soţul lor le are pentru ele.15 Aşa că dacă gândul lui urmăreşte frecvent actul sexual, gândul ei este frecvent la dorinţa de a fi urmărită. De fapt, mai mult de opt din zece soţii au afirmat că ar prefera să-şi dorească să facă sex la fel de mult cum şi-o doresc soţii lor (şi în rândul soţiilor fericite, această dorinţă a fost de aproape 100%).16

Dar pentru că creierul feminin beneficiază de concentraţii mai mici de „hormoni agresivi din punct de vedere sexual" decât creierul masculin, ea are, de obicei, o dorinţă mai mică de a *căuta* un act sexual decât el. Theresa Crenshaw, MD, scrie: „Impulsul agresiv de a face sex nu este controlat exclusiv de testosteron, cum îşi imaginează majoritatea oamenilor, ci şi de vasopresină, de DHEA, de serotonină, de dopamină şi de LHRH. Impulsul receptiv pentru sex [...] a fost trecut cu vederea în totalitate [...] Receptiv nu înseamnă neapărat pasiv, [dar] disponibil, ci poate dispus, dar fără iniţiativa de a obţine un act sexual". 17

Asta nu înseamnă că ea nu-şi doreşte [să facă sex] sau că nu-l va savura odată ce are parte de el, ci doar că nu-i stă în natura minţii ei să caute modalităţi de a obţine un act sexual.18

Jeff şi Shaunti Feldhahn

Este foarte important ca bărbaţii să cunoască aceste aspecte, mai ales dacă soţiile lor sunt cititoare de romane

de dragoste (una din trei femei din Statele Unite este). Majoritatea bărbaţilor cu care stau de vorbă nu au nicio idee că romanele de dragoste constituie 40% din toate cărţile vândute pe piaţă.19 Pentru aceia dintre voi care nu aţi citit un roman de dragoste de curând (dacă aţi citit vreunul vreodată!), formula succesului nu s-a schimbat de zeci de ani – e vorba de poveşti despre intimitate, romantism şi relaţii: „E vorba despre dragoste. Tot timpul. Cum să te îndrăgosteşti, cum să rămâi îndrăgostit şi cum să faci dragoste". 20

Femeile implică mult mai multe sentimente în intimitatea sexuală decât bărbaţii, dar există o vreme când bărbaţilor li se pare mult mai simplu să se refere la sentimentele pe care le au pentru soţiile lor – iar acest moment se întâmplă să fie *după* sex. Are legătură cu ocitocina – hormonul cuibăririi de care femeile au nevoie *înainte* de sex. S-a dovedit că ocitocina are cea mai mare concentraţie la bărbaţi *după* un act sexual. Barbara şi Allan Pease scriau: „După ce un bărbat a beneficiat de un act sexual fantastic, i se dezvăluie faţa mai blândă, mai feminină. Poate auzi dintr-odată păsările ciripind, e uimit de culorile copacilor, simte mireasma florilor şi poate fi impresionat de cuvintele unui cântec. Înainte de actul sexual, dacă observa păsările era doar pentru că iau murdărit îngrozitor maşina. Dar un bărbat trebuie să înţeleagă că această faţă a lui de după sex este una de care o femeie se bucură şi o găseşte extraordinar de seducătoare". 21

De la A până aproape la Z (fără câteva)

Şi care este, prin urmare, secretul în a-ţi pregăti soţia să-şi dorească să facă sex cu tine? 22 Iată o listă, adaptată după autorii Barbara şi Allan Pease:

accesorizează alint-o anticipează complimenteaz-o consoleaz-o cuibărire dă-ţi viaţa dezmierdări excit-o fascineaz-o fă-o să râdă fii empatic ghemuire ia-i apărarea iartă idolatrizeaz-o îmbracă îmbrăţişare împăcare închinare încredere îngăduinţă îngrijeşte laud-o masaj mândreşte-te mângâiere mulţumeşte-i parfumează

participă protejeaz-o răsfaţ-o recunoaştere recunoştinţă repară romantism savurează serenadă sfinţire sprijin stimuleaz-o strânge-o în braţe tachinare telefonează-i ţine-o la pieptul tău umor viseaz-o

Şi care este secretul ca să-l faci pe soţul tău să-şi dorească să facă sex cu tine?

Să-i apari dezbrăcată în faţă – cu pizza în braţe. (Glumeam! Pizza este opţională!)

O soţie preferă să vadă această faţă a soţului ei înainte de a face sex. Văzându-l astfel, îi e mai uşor să intre în dispoziţia de a face dragoste. Şi cu cât se va strădui mai mult împreună cu soţul ei să aibă o viaţă sexuală satisfăcătoare, cu atât mai des va beneficia de această faţă a lui.

E destul de trist că majoritatea aventurilor amoroase încep din cauza lipsei de afecţiune [pentru soţie] şi din cauza lipsei de sex [pentru soţ]. Ea nu beneficiază de suficientă afecţiune, aşa că începe să-l respingă pe soţul ei pe plan sexual. El nu are parte de suficient sex, aşa că ultimul lucru care-i trece prin cap este să fie afectuos faţă de soţia lui.23

Willard F. Harley, PhD

Între timp, bărbaţii trebuie să înveţe arta de a se apropia şi de a satisface construcţia sexuală a soţiei lui. Pentru majoritatea bărbaţilor, o abordare lentă a sexului pur şi simplu nu vine de la sine. Mulţi habar nu au că soţiile lor sunt construite să răspundă la „atenţii, cuvinte de apreciere, răsfăţ şi mult timp” 24, pentru că aceasta este reţeta pentru ca „sobele” lor să se încălzească!

Adevărul este că femeilor le place să îmbrăţişeze. În multe ţări şi culturi, femeile îmbrăţişează şi le face plăcere să fie îmbrăţişate.25 Noi ne îmbrăţişăm una pe cealaltă, ne îmbrăţişăm copiii; îmbrăţişăm copiii altora; luăm în braţe animalele de companie, rudele şi chiar şi animale împăiate. îmbrăţişatul, ţinutul în braţe, ascultatul şi faptul că cineva îşi petrece timpul în jurul ei este ceea ce susţine femeia că sunt ingredientele pe care trebuie să i le ofere un bărbat pentru a-şi arăta afecţiunea. Afecţiunea are un rol esenţial

în împlinirea dorinţei ei de intimitate. Atunci când Walt îşi ia timp să mă copleşească cu aceste daruri, el face o investiţie în contul meu de economii emoţionale.

Dacă un bărbat vine şi spune că el nu este „genul afectuos" sau că nu-i face plăcere să-şi irosească timpul cu îmbrăţişări, giugiuleli şi să-şi asculte soţia, dar insistă ca ea să facă bine să-i satisfacă nevoie lui sexuale, vă asigur că în relaţia aceea va apărea o problemă. El va reuşi să-şi inhibe complet soţia şi, în final, nu vor fi satisfăcute de fapt nici nevoile ei, nici ale lui. Dr. Willard Harley scrie: „Când vine vorba despre sex şi afecţiune, nu poţi avea parte de una fără să o oferi pe cealaltă". 26

Aproape toţi bărbaţii au nevoie de câteva indicii cu privire la modul în care pot deveni mai afectuoşi. În majoritatea căsniciilor, soţiile noastre sunt cei mai buni instructori de care am putea avea parte – cel puţin dacă ne apropiem de ele în mod corespunzător. Pentru mine, asta a însemnat să-i explic lui Barb cât de mult o iubesc şi să-i mărturisesc cât de des nu reuşesc să-mi exprim în mod adecvat grija şi dragostea mea adâncă pentru ea. Apoi a trebuit pur şi simplu s-o rog să mă înveţe cum doreşte ea să-mi exprim afecţiunea faţă de ea. Iată acţiunile simple pe care mi le-a împărtăşit:

Îmbrăţişează-mă şi ţine-mă în braţe în fiecare zi.

Sărută-mă tandru şi spune-mi că mă iubeşti.

Când programul foarte aglomerat îţi permite să iei o pauză, sună-mă să vezi ce mai fac.

Roagă-te în fiecare zi pentru nevoile mele specifice (şi roagă-te cu mine în fiecare zi).

Arată-mi afecţiunea pe care o ai pentru mine prin gesturi adecvate, în faţa copiilor noştri.

Împărtăşeşte-mi experienţele tale pozitive şi negative de peste zi ca să mă pot ruga eficient pentru tine a doua zi.

Plimbă-te împreună cu mine prin curte, ţinându-mă de mână.

Savurează apusurile de soare împreună cu mine.

Petrece timp cu drag alături de copiii noştri.

Fii împreună cu noi toţi la cină – indiferent de cât de

ocupat eşti.

Bestia are nevoie de o Frumoasă

Atunci când sunt în căutarea unui partener de viaţă, bărbaţii pun mare preţ mai ales pe modul în care arată o femeie – pe frumuseţea ei. Nu doar atât, dar creierul masculin tipic este stimulat sexual de elemente vizuale şi este în aşa fel conceput încât să-şi dorească varietatea. Cu toate că majoritatea femeilor ştiu că bărbaţii sunt excitaţi de hainele şi de lenjeria sexy, ele nu au nici cea mai mică idee de cât de puternică este această dotare.

A-i spune unui bărbat să nu se lase stârnit de însemnele frumuseţii, ale tinereţii şi ale sănătăţii este echivalent cu a-i spune să nu simtă că zahărul este dulce.27

David M. Buss, PhD

Folosind scanări RMN funcţionale, cercetătorii au examinat creierul unor bărbaţi tineri în timp ce aceştia priveau câteva imagini cu femei frumoase. Şi au descoperit că frumuseţea feminină impresionează creierul masculin la un nivel foarte direct – într-un mod similar cu efectul pe care-l obţine un om flămând după ce mănâncă o mâncare delicioasă sau cu efectul pe care îl are o nouă doză de drog pentru un dependent.28 Unul dintre cercetători a afirmat că: „Sunt conexiuni principale. Nu este vorba în acest caz de un răspuns condiţionat”. Un altul a tras următoarea concluzie: „Se pare că bărbaţii nu pot face nimic cu privire la sentimentele lor de plăcere [în prezenţa frumuseţii]”. 29

Ca soţie, doresc să fiu eu aceea care să asigur acea varietate la care creierul lui Walt este construit să răspundă. Nu vreau să fie ispitit să privească în altă parte decât la mine!

Barbara şi Allan Pease relatează o ilustraţie despre cât de pline sunt departamentele de lenjerie intimă din magazine de bărbaţi stânjeniţi care rătăcesc printre rafturi, încercând să găsească un cadou sexy pentru soţia lor. Ei continuă cu următoarea observaţie:

În ianuarie, femeile acelea stau la rând la tejgheaua de returnare de produse ale aceluiaşi magazin. „Asta pur

şi simplu nu e de mine”, spun ele. „El vrea să mă îmbrac ca o târfă!” Târfa este totuşi o vânzătoare profesionistă de sex care a cercetat piaţa cererii şi s-a echipat pentru a face vânzare. Un studiu american a demonstrat că femeile care poartă o varietate de lenjerie erotică au în general bărbaţi mai fideli decât soţiile care preferă să poarte lenjerie intimă din bumbac alb.30

*În calitate de soţie, vreau să arăt bine, nu doar pentru că asta mă face să am o părere bună despre propria persoană, dar şi pentru că ştiu că este foarte important pentru Walt. A avea o parteneră atrăgă*toare *este una din cele mai fundamentale nevoi ale unui bărbat, iar eu doresc ca Walt să mă găsească atrăgătoare şi pe mai departe*.

O soţie înţeleaptă va pune preţ pe modul în care arată. Dr. Willard Harley ne oferă două motive pentru importanţa acestui lucru:

1. Atunci când femeia arată bine, bărbatul se simte bine […] majoritatea bărbaţilor au nevoie de o soţie atrăgătoare. Ei nu apreciază o femeie doar pentru calităţile ei interioare. Ei apreciază şi felul în care ea arată.31

2. Tu îi satisfaci o nevoie emoţională [soţului] prin felul în care arăţi […] atractivitatea unei soţii este adesea un ingredient vital pentru succesul căsniciei şi orice soţie care ignoră acest aspect – indiferent de motivul pentru care o face – riscă să se trezească în mijlocul unui dezastru.32

Frumoasa are nevoie de romantism

Pentru majoritatea soţiilor, afecţiunea şi romantismul este liantul mariajului lor. Afecţiunea şi romantismul simbolizează siguranţă, protecţie, confort şi apreciere – toate fiind importante pentru femei.

Dr. Harley scrie: „Atunci când un soţ îşi arată afecţiunea faţă de soţia lui, el îi transmite următoarele mesaje:

Voi avea grijă de tine şi te voi proteja.

Eşti importantă în ochii mei şi nu vreau să ţi se

întâmple nimic rău. Sunt preocupat de problemele cu care te confrunţi şi sunt alături de tine.

Cred că ai făcut o treabă extraordinară şi sunt tare mândru de tine.

Bărbaţii trebuie să înţeleagă cât de mare nevoie au femeile de aceste afirmaţii. Pentru soţia obişnuită, e imposibil să le spui de prea multe ori". 33

Manifestările romantice ale afecţiunii o ajută pe femeie să-şi consolideze încrederea în dragostea ce i-o poartă soţul ei. Dr. Steven Rhoads scrie: „Sexologii afirmă că pentru ca o femeie să se simtă cu adevărat bine [din punct de vedere sexual], ea trebuie să se relaxeze total. Încrederea [ei] în partener pare esenţială ca femeia să poată beneficia de o experienţă plăcută". 34 Aşa că nu e de mirare faptul că femeile căsătorite au semnificativ mai multe şanse decât femeile concubine să îşi definească viaţa sexuală drept satisfăcătoare pe plan *emoţional.35* Iar sexul devine, de obicei, tot mai împlinitor într-o relaţie maritală. De fapt, femeile spun că sexul este mai bun la doi ani de la căsătorie decât era în primele luni.36

Pentru femeile concubine, doar 7% dintre cele care îşi consideră partenerii sexuali drept „relaţii pe termen relativ scurt" susţin că sunt „extrem de satisfăcute din punct de vedere fizic" pe plan sexual. Chiar şi dintre femeile concubine care îşi consideră relaţia drept una pe termen lung, dar nu sunt căsătorite, doar 11% susţin că sexul este extrem de satisfăcător din punct de vedere fizic pentru ele.37 Altfel spus, perspectiva unui angajament pe viaţă intensifică izbitor de mult gradul de satisfacţie sexuală şi frecvenţa actelor sexuale în rândul femeilor.38

Totuşi unui partener nefericit, stresat sau aflat într-un conflict – unul preocupat, îngrijorat sau supărat datorită diferitelor aspecte (nonsexuale) ale relaţiei – îi va fi mult mai greu să devină interesat din punct de vedere sexual şi excitat de celălalt partener – mai ales dacă cealaltă persoană este sursa stării conflictuale sau a nefericirii.39

E adevărat şi faptul că o persoană care nu este

satisfăcută nici cu cantitatea, nici cu calitatea sexului din relaţie poate deveni foarte nemulţumită şi de celelalte aspecte ale mariajului. Indiferent de direcţia pe care o are relaţia dintre sexualitate şi nivelul general de satisfacţie, majoritatea cercetătorilor sunt de acord că cele două sunt foarte strâns legate între ele. Sexul satisfăcător pentru amândoi, împreună cu o comunicare eficientă cu privire la dorinţele şi preferinţele sexuale, este în mod clar asociat cu satisfacţia sexuală.40

Astfel, faptul că înveţi să-i comunici partenerului dorinţele tale sexuale precum şi ceea ce-ţi place şi ceea ce nu-ţi place pe plan sexual nu doar că va duce la creşterea intimităţii sexuale, dar totodată va preveni apariţia resentimentelor, a amărăciunii şi a mâniei în căsnicia voastră. Există o corelaţie clară între cât de fericiţi sunteţi amândoi în dormitor şi cât de fericiţi sunteţi amândoi în general în căsnicia voastră.41

Sunteţi fericiţi în dormitor?

Pentru a iniţia o discuţie despre relaţia voastră sexuală, iată câteva întrebări care să vă ajute ca puncte de pornire:

1. Ce-ţi place ţie în viaţa noastră sexuală? Ce anume te satisface? Ce anume te face să te simţi cel mai bine şi cel mai confortabil?

2. Ce anume te-ar face să te simţi şi mai bine? Dar şi mai confortabil?

3. Care este imaginea ta despre o relaţie sexuală romantică „Desăvârşită”? Ce aş putea face pentru a fi mai romantic în relaţia noastră?

4. Cum aş putea fi un iubit mai bun pentru tine? Cum aş putea fi un partener sexual mai bun?

5. Când suntem împreună în dormitor, te-am făcut vreodată să te simţi ca un obiect sexual? Ce anume te face să te simţi astfel? Cum aş putea să schimb asta?

6. Ce părere ai despre frecvenţa cu care facem dragoste? Cum ne-am putea satisface nevoie sexuale unul altuia, chiar şi în situaţia în care apetitul nostru sexual

este diferit?

7. Ce bariere trebuie să depăşim pentru ca amândoi să fim satisfăcuţi cu viaţa noastră sexuală? Ce aspecte ale relaţiei noastre ne afectează viaţa sexuală? Cum am putea începe să dărâmăm acele bariere? 42

Este sexul crucial pentru o relaţie maritală fericită? Da, pentru că atât creierul masculin, cât şi cel feminin au fost în aşa fel concepuţi încât sexul satisfăcător să intensifice legătura maritală a unui cuplu. Oare acest „sex la nivel cerebral" pe care-l experimentează fiecare este cu adevărat parte a planului divin? Noi o spunem apăsat: „Da!" Şi acesta este subiectul următorului nostru capitol.

Sexul aşa cum l-a conceput Dumnezeu

Prietenul meu Rob îmi povestea că el era convins că era un soţ model. La urma urmei, lucra cât doi, se îngrijea de soţia lui şi niciodată nu i-a trecut prin minte să se implice într-o relaţie extraconjugală. Toţi i-au spus Rebecăi cât de norocoasă era să aibă un soţ excepţional aşa cum era Rob. Din afară, nimeni nu-şi dădea seama de ceea ce se întâmpla, de fapt, în căsnicia lor.

Rebeca avea tot ce şi-ar fi putut dori – toate fiind cumpărate cu banii câştigaţi cu greu de Rob – dar ea era plină de resentimente vizavi de nenumăratele ceasuri pe care Rob le petrecea la lucru. Uneori se simţea de parcă era divorţată şi-şi creştea de una singură copiii. Atunci când Rob era acasă, el considera că este un timp pentru a se relaxa. Când venea timpul de mers la culcare, el dorea să facă sex, dar nu-i plăcea niciodată să stea de vorbă cu ea, să o ţină în braţe sau să se cuibărească unul lângă celălalt.

De multă vreme nu îi mai oferise Rebecăi o îmbrăţişare sau un sărut. Ea nici nu-şi mai putea aminti când fusese ultima oară când el îi spusese că o iubeşte. „Ea ştie că o iubesc", mi-a spus Rob. „Doar m-am căsătorit cu ea, nu-i aşa?"

De-a lungul timpului, Rebeca se simţea tot mai izolată şi singură în căsnicia ei.

Rob era agasat de faptul că Rebeca părea să nu

aprecieze cât de mult lucra el şi sacrificiul pe care-l făcea pentru familie. Pe măsură ce nivelul lui de stres creştea, se intensifica şi nevoia lui de a face sex, dar Rebeca a început să-l refuze tot mai des.

Cu toate că povestea lor nu este subminată nici de abuz şi nici de adulter, căsnicia Rebecăi şi a lui Rob este extrem de vulnerabilă şi expusă unei posibile relaţii extraconjugale sau divorţului. Căsnicia lor suferă din cauză că Rob neglijează nevoile Rebecăi şi ea refuză să îi mai satisfacă nevoile sexuale. Pagubele datorate relaţiei lor fizice disfuncţionale sunt subtile şi insidioase, însă le afectează în cele din urmă sănătatea emoţională, spirituală şi maritală. Tragedia este că aşa ceva poate fi prevenit.

Rob şi Rebeca nu au practicat principiile biblice pe care le-a formulat Dumnezeu în intenţia Sa de a-i ajuta pe bărbaţi şi pe femei să-şi depăşească prăpastia sexuală ce se căsca între ei. Da, aţi înţeles foarte bine – principiile *biblicei*

Dacă Rob ar fi dispus să înveţe şi să demonstreze zilnic modul în care Dumnezeu a intenţionat ca el să satisfacă nevoile sexuale ale soţiei sale – iar ea ar face aşijderea – căsnicia lor ar putea deveni mai puternică şi mai satisfăcătoare decât şi-ar putea ei imagina. Dar dacă vor continua să ignore planul lui Dumnezeu pentru căsnicia lor, aceasta va fi în mare pericol.

Există sex în Biblie?

O, categoric! Şi încă cum!

Creatorul nostru ştie totul despre sex. La urma urmei, acesta este parte a planului Său divin pentru căsnicie. Este cadoul Lui pentru noi. Pentru că ştie cât de puternică poate fi dorinţa sexuală pe care El a născocit-o, tot El a creat şi relaţia în care sexul să funcţioneze la maxim – relaţia de căsnicie dintre un bărbat şi o femeie.1 Sexul în căsnicie este ceva bun şi curat; 2 a fost conceput atât pentru reproducere, 3 cât şi pentru plăcere.4

Dacă aveţi vreun dubiu cu privire la cât de multe are Biblia de spus despre sex, ce-ar fi să citiţi Cântarea-cântărilor. Întreaga carte este dedicată unei descrieri

minunate şi încântătoare a dragostei sexuale dintre un soţ şi soţia lui. Tânărul soţ din Cântarea-cântărilor îşi priveşte tânăra soţie şi exclamă:

Statura ta este asemenea palmierului, iar sânii tăi asemenea unor ciorchine.

Îmi zic: „*Mă voi urca în palmier şi-i voi apuca ramurile*!”

Sânii tăi să fie asemenea ciorchinilor de struguri, iar mirosul respiraţiei tale asemenea merelor! *5*

Da, chiar aşa! Este vorba despre sex, sex şi iar sex! Dacă citeşti ceea ce afirmă această carte a Bibliei despre sex, îţi promitem că nu vei mai avea niciodată aceeaşi părere despre o grădină, despre palmieri sau despre dragoste.

Sexul este un cadou uimitor pe care Dumnezeu ni l-a dăruit ca să ne bucurăm de el. După ce Dumnezeu a văzut tot ceea ce crease, inclusiv sexul, El a declarat că toate erau „foarte bune” 6. Dumnezeu a creat creierul masculin şi creierul feminin în aşa fel încât să se bucure din punct de vedere sexual unul de celălalt în căsnicie.7 Dumnezeu foloseşte relaţia sexuală dintre un soţ şi o soţie pentru a ilustra modul în care El se relaţionează la copiii Săi şi îi iubeşte.8

Dumnezeu este creatorul sexului şi al tuturor plăcerilor legate de acesta. Orgasmul nu este o adăugire demonică, de după cădere, la procesul procreării. Dumnezeu a fost Cel care a decis că sexul ar trebui să fie incredibil de plăcut. Tot El a stabilit anumiţi parametri (căsătoria) pentru a proteja şi a intensifica această experienţă.9 Tim şi Amy Gardner

Sexul este confirmarea fizică a tot ceea ce s-a unit pe plan spiritual în timpul ceremoniei de căsătorie. Legătura ce apare între creierul masculin şi cel feminin prin sex este parte a „lipirii” pe care o descrie Creatorul: „De aceea va lăsa omul pe tatăl său şi pe mama sa şi se va lipi de nevasta sa şi se vor face un singur trup”. 10 A „se lipi” înseamnă „a fi făcuţi una” şi cel mai excelent lipici care face ca într-un cuplu căsătorit cei doi parteneri să fie

strâns lipiţi unul de celălalt este sexul – un singur trup ce este menit să dăinuiască o viaţă întreagă.

Dar acest cadou incredibil poate fi folosit şi în mod abuziv şi eronat şi poate atrage cu sine o serie de probleme. Astfel, în înţelepciunea Sa, Dumnezeu a considerat necesar să ne asigure sfatul Său divin pentru a ne putea bucura de sex.

Am fost concepuţi pentru sex în cadrul căsniciei

Amprentele Creatorului sunt vizibile în chiar fiziologia sexului. Atunci când un bărbat îi face un angajament unei femei şi se căsătoreşte cu ea, concentraţia sa de testosteron şi de hormoni androgeni scade suficient de mult încât nivelul său de ocitocină şi de vasopresină să-l determine să *dorească* să se implice într-o relaţie sigură, de lungă durată şi să găsească această relaţie ca fiind satisfăcătoare. Această mixtură chimică îl determină să-şi dorească să-şi ocrotească soţia şi să-i asigure cele necesare – să se lege de ea.

Pentru femei, sexul în căsnicie conduce la creşterea concentraţiei de ocitocină. Aceasta îi intensifică sentimentele de încredere şi totodată îi creează sentimente incredibil de intense de ataşament, de confort şi de respect pentru soţul ei.

Într-o relaţie de căsătorie monogamă, bazată pe angajament, descărcările de testosteron ale bărbatului sunt uşor temperate, iar hormonii de consolidare a relaţiei pot prelua controlul. Pentru bărbaţi, sexul în cadrul căsniciei se traduce în concentraţii mai mari de ocitocină care îi creşte numărul de spermatozoizi, facilitează transportul spermatozoizilor şi intensifică ejacularea. Astfel, căsnicia poate conduce chiar la creşterea fertilităţii masculine.11 Imaginaţi-vă – toate acestea au fost concepute de Dumnezeu însuşi!

În rândul femeilor, producerea de ocitocină variază în raport cu gradul de siguranţă pe care-l resimte în relaţie.12 Femeile care se simt în mai mare siguranţă (cu mai puţine emoţii negative experimentate de-a lungul vieţii) au prezentat o producere mai intensă de ocitocină.

Nu doar că au existat mai multe şanse ca ele să se lege puternic de soţul lor; dar au experimentat totodată şi o creştere mai mare a concentraţiei de ocitocină ca răspuns la emoţiile pozitive, în comparaţie cu femeile necăsătorite.

Cercetătorii au demonstrat că femeile „care erau în mod curent implicate într-o relaţie de căsnicie au experimentat creşteri mai mari ale ocitocinei ca reacţie la emoţiile pozitive decât femeile necăsătorite" Ei au continuat speculând că „o relaţie apropiată, regulată poate influenţa capacitatea de răspuns a hormonului" 13.

Adevărul este simplu: pentru a iubi mai profund şi cu un entuziasm mai mare, trebuie să fim foarte discriminatori cu privire la relaţiile noastre cu sexul opus. Ocitocină este mediatoare în reglarea impulsului sexual atât la bărbaţi, cât şi la femei – creează un ciclu natural de reacţii, astfel încât cuplul cu cât are mai multe contacte sexuale, cu atât şi le doresc mai mult. A face sex cu persoana potrivită (a se citi soţ/soţie) produce un cocktail psihochimic care poate genera o dragoste absolută, necondiţionată şi dezinhibată pentru partener – orgasmul duce la creşteri ale concentraţiei de ocitocină de trei până la cinci ori peste valoarea normală.14 Janice Shaw Crouse, PhD

Noi am fost concepuţi să primim recompense fenomenale în relaţiile de căsătorie monogamă. Cercetătorii au descoperit că în primele optsprezece luni de căsnicie, cuplurile au prezentat niveluri crescute dintr-o serie de hormoni – în special ocitocină – care pot fi de cinci ori mai mari decât nivelul normal.15 Acest „cocktail romantic" se explică prin faptul că sexul devine una dintre activităţile majore pentru un cuplu – dacă nu chiar *cea mai importantă activitate* – în primele luni de la căsătorie. Iar acest lucru nu-l surprinde pe Creator; la urma urmei, aceasta este o parte a planului Său „foarte bun".

Substanţele chimice în cazul monogamiei nu se limitează la ocitocină. Există o altă substanţă chimică în creier, dopamina, care pare să stârnească o atracţie puternică.16 Cercetătorii din cadrul Collège University din

Londra au studiat bărbaţi şi femei care erau îndrăgostiţi „profund, deplin şi nebuneşte” unul de celălalt. Creierul voluntarilor a fost scanat în timp ce aceştia priveau fotografii ale iubiţilor lor sau ale unor străini. Atunci când dădeau cu ochii de persoana iubită, creierul lor prezenta o intensificare a activităţii la nivelul ariilor neurale care se activează şi în timpul altui tip de euforie mediată de dopamină – dependenţa de narcotice.17

Evident, planul lui Dumnezeu este ca mariajul dintre un bărbat şi o femeie să asigure recompense neurochimice care să crească satisfacţia pe care o au unul pentru celălalt, pe plan sexual, pe plan relaţional şi pe plan familial. Este un fel de asigurare chimică concepută de Dumnezeu pentru fericirea conjugală!

Secretele căsniciei pe viaţă

Atunci când un soţ şi o soţie care au fost căsătoriţi şi care apoi decid că nu se mai pot înţelege, folosesc adesea scuza că sunt „incompatibili”, adică nu sunt în stare să se armonizeze sau să interacţioneze din cauza neconcordanţelor. Ei spun adesea că sunt incompatibili pe plan sexual, când a existat o vreme în care ar fi spus unul despre celălalt că este „irezistibil” sau că are o putere de atracţie covârşitoare.

Dar, aşa cum ne reaminteşte dr. Willard Harley, consilier pe probleme maritale, „cel mai rapid tratament pentru incompatibilitate şi cea mai rapidă cale spre a deveni irezistibil constă în a-şi satisface unul altuia cele mai importante nevoi emoţionale” 18. Satisfacerea reciprocă a nevoilor emoţionale este o parte esenţială a planului lui Dumnezeu pentru căsătorie. Şi presupune să dai şi să primeşti într-un mod lipsit de egoism.

Atunci când un bărbat este de acord să se implice într-o relaţie exclusivă cu soţia lui, el depinde de ea pentru a-i fi satisfăcute nevoile sexuale. Dacă ea îi împlineşte această nevoie, el va găsi în ea un izvor nesecat de plăcere intensă, iar dragostea lui va creşte, devenind tot mai puternică. Dar dacă nevoile lui rămân nesatisfăcute, se întâmplă exact contrariul, începe să o asocieze cu

frustrarea […] Angajamentul pe care el l-a făcut faţă de ea îl aduce în postura de a alege frustrarea pe plan sexual sau infidelitatea.19

Willard F. Harley, PhD

Este o surpriză pentru multe cupluri că un bărbat nu poate fi satisfăcut din punct de vedere sexual în căsnicia lui dacă soţia lui nu este, la rândul ei, împlinită pe plan sexual. Pentru creierul lui, sexul nu este doar unul dintr-o mare varietate de opţiuni pentru consolidarea unei relaţii maritale. Ci, mai degrabă, aşa cum o spune dr. Harley, „[pentru el] sexul este ca aerul sau ca apa" 20. Într-o glumă de demult, se spune că un consilier pe probleme conjugale întreabă un cuplu:

— De câte ori pe lună faceţi sex voi doi?

Soţul răspunde:

— Aproape niciodată. Poate de şase, şapte ori pe lună. Soţia răspunde:

— Tot timpul! De şapte, poate chiar de opt ori pe lună. Această glumă subliniază nevoile noastre diferite şi modul diferit în care percepem ce înseamnă să fii satisfăcut pe plan sexual, iar cercetările demonstrează existenţa unor diferenţe similare. Potrivit unui sondaj naţional efectuat în Statele Unite, majoritatea cuplurilor căsătorite întreţin în medie şapte raporturi sexuale pe lună (mai puţin de două ori pe săptămână).21 Există o variabilitate imensă în ce priveşte frecvenţa raporturilor sexuale la cuplurile căsătorite şi o parte a acestei variabilităţi poate fi atribuită diferenţelor biologice şi biochimice la nivelul creierului. Unele cupluri fac sex foarte rar, altele o fac zilnic. Numărul raporturilor sexuale declarate de cupluri că le-ar fi întreţinut lunar în primul an de căsnicie a variat de la unul (cu o medie de doisprezece ori în acel an) la patruzeci şi cinci (sau de 540 ori în acel prim an). Dar în cazul majorităţii cuplurilor, unul dintre parteneri îşi doreşte să facă sex mai frecvent decât celălalt – sau unul are un apetit sexual (libido) mai mare decât celălalt. Iar acela este, de obicei, dar nu întotdeauna, bărbatul.

Şi cum ar trebui să răspundă partenerul cu libidoul mai redus? Biblia ne informează oarecum în acest sens atunci când ne învaţă: „Căsătoria este o decizie de a sluji unul altuia, fie *în pat, fie în afara lui* (sublinierea îmi aparţine)”. 22 Acest verset ne învaţă conceptul pe care Lorraine Pintus îl numeşte „iubitul slujitor” 23. Acest verset este urmat de un altul: „Iubiţi-vă unii pe alţii cu o dragoste frăţească. În cinste, fiecare să dea întâietate altuia”. 24 Pintus parafrazează aceste versete în acest mod: „În relaţia voastră sexuală, nu lăsaţi egoismul să preia controlul. Dumnezeu vă cere să vă gândiţi la partenerul vostru ca fiind mai important decât voi înşivă. Şi-atunci, opriţi-vă din a vă mai frământa minţile cu voi înşivă şi cu ceea ce doriţi voi pe plan sexual. Ci mai degrabă gândiţi-vă la dorinţele partenerului vostru şi cum i-aţi putea pricinui lui/ei plăcere”. 25

Atunci când Walt m-a cerut în căsătorie, el era încrezător în faptul că eu aveam să-i împlinesc nevoile sexuale. El era convins că şi eu eram la fel de interesată pe plan sexual de el cum era şi el de mine. Era convins şi credea cu tărie că aveam să mă pun la dispoziţia lui în plan sexual, pentru a-i satisface nevoile, la fel cum eu mi-am pus încrederea în faptul că el îmi va împlini nevoile mele. Trebuie însă să mărturisesc că au existat momente când a avut parte de o soţie care nu a fost dispusă să îi satisfacă nevoile cu care fusese echipat de Dumnezeu. Fără să-mi dau seama măcar, eu îl lăsasem în pomul din proverb şi-i luasem scara. Măcar de-aş fi ştiut atunci ceea ce ştiu acum despre o iubită slujitoare.

Iubiţii slujitori se sacrifică pe plan sexual de dragul partenerului lor. Iubiţii slujitori pun nevoile sexuale ale partenerului lor mai presus de propriile lor nevoi şi se dăruiesc pe plan sexual abandonându-se total. Iubiţii slujitori înţeleg nevoia de a dărui necondiţionat şi recunosc faptul că aşa ceva este cu neputinţă dacă nu învaţă să renunţe la propriile dorinţe egoiste.26

Lorraine Pintus

Desigur, când vine vorba despre dorinţe sexuale, unii

sunt egoişti şi foarte probabil produc pagube imense căsniciei lor. Prima dorinţă sexuală egoistă o manifestă partenerul care în mod frecvent sau cronic refuză să satisfacă nevoile sexuale ale partenerului său şi care-i respinge avansurile. Indiferent dacă este vorba despre soţ sau despre soţie, Biblia ne oferă acest sfat:

Bărbatul să-şi împlinească faţă de nevastă datoria de soţ; şi tot aşa să facă şi nevasta faţă de bărbat. Nevasta nu este stăpână pe trupul ei, ci bărbatul. Tot astfel, nici bărbatul nu este stăpân pe trupul lui, ci nevasta. Să nu vă lipsiţi unul pe altul de datoria de soţi, decât doar prin bună învoială, pentru un timp, ca să vă îndeletniciţi cu postul şi cu rugăciunea; apoi să vă împreunaţi iarăşi, ca să nu vă ispitească Satana, din pricina nestăpânirii voastre.27

Singurul motiv pe care-l oferă Biblia pentru a refuza să satisfaci nevoile sexuale ale partenerului tău este „prin bună învoială" pentru o perioadă limitată de timp, pentru „rugăciune" Noi amândoi considerăm că acest sfat este acordat căsniciilor care sunt în mare măsură sănătoase. Într-o căsnicie în care există abuz fizic, verbal sau emoţional sau un conflict semnificativ nerezolvat, limitele sexuale nu sunt doar adecvate, dar sunt absolut obligatorii. Însă pentru marea majoritate a cuplurilor, principiul enunţat de Biblie este clar: spune „nu" doar rareori.

Al doilea obicei egoist îl reprezintă un partener care insistă sau porunceşte ca toate nevoile sale sexuale să fie împlinite toată ziua, bună ziua. Dorim din nou să vă îndreptăm atenţia spre versetele mai sus expuse pentru a-i reaminti acestui partener că Biblia ne inspiră să ne iubim, să ne slujim şi să ne cinstim partenerul şi să fim gata să ne sacrificăm pentru partenerul nostru.

Concluzia este aceasta: atunci când creierul masculin şi cel feminin sunt satisfăcuţi pe plan sexual, relaţia maritală este consolidată de fiecare dată. Creatorul ne oferă sexul din multe considerente, dar faptul că El declară că prin sex noi devenim „un singur trup" 28 ne indică faptul că sexul este un cadou care constă în dăruire – un cadou care întăreşte legăturile dintre un soţ şi o soţie în

moduri imposibil de realizat prin cuvinte.

Este monogamia de modă veche?

Poate că v-aţi întrebat dacă ideea biblică a monogamiei şi a sexului doar în cadrul căsătoriei nu este puţin demodată în lumea noastră modernă. Conform celor mai recente studii, nu. Frecvenţa şi satisfacţia sexuală ating cele mai înalte cote în cazul bărbaţilor şi al femeilor care pun deoparte sexul pentru contextul căsătoriei. Chiar şi cei care fac greşeala de a avea o relaţie extraconjugală, susţin că sexul este mai bun în cadrul căsătoriei. De fapt, femeile căsătorite au de patru până la cinci ori mai frecvent un orgasm decât femeile necăsătorite sau concubine.29

Unul din cele mai relevante proiecte de cercetare care au fost făcute vreodată asupra sexualităţii în America a fost condus acum câţiva ani în cadrul University of Chicago. Concluzia acestui studiu a fost următoarea: „Imaginea publică a sexului în America nu are practic nicio legătură efectivă cu realitatea". 30 Contrar credinţei larg răspândite că sexul în căsătorie este plictisitor şi că are loc cu o frecvenţă redusă, bărbaţii şi femeile căsătorite au raportat cel mai înalt nivel de satisfacţie sexuală. Cercetătorii au descoperit că, dintre toţi oamenii activi din punct de vedere sexual, cei căsătoriţi care aveau un singur partener de viaţă aveau cele mai mari şanse să raporteze că sunt „extrem de „sau „foarte" satisfăcuţi cu intensitatea plăcerilor fizice şi emoţionale pe care le experimentează în viaţa lor sexuală.31

Autorii studiului consideră că nivelul mai înalt de angajament care există în cadrul căsătoriei este probabil răspunzător pentru nivelul mai înalt de satisfacţie. Ei oferă următoarea explicaţie: „În viaţa reală, lumea privată a sexului din cadrul căsătoriei şi rareori abordată în discuţii este, de fapt, cea care le oferă cea mai mare satisfacţie oamenilor". 32 Cu alte cuvinte, angajamentul pe care-l presupune căsătoria contribuie la un nivel mai înalt de încredere şi de siguranţă şi o mai bună comunicare în cuplu.

Cu toate că ştiinţa monogamiei este abia la începuturile ei, noi credem că cercetătorii vor continua să demonstreze faptul că planul divin al lui Dumnezeu pentru căsătorie creează dependenţă. După aproape treizeci şi cinci de ani de căsnicie, sunt abia în stadiul în care încep să înţeleg acest plan. Nu am fost niciodată mai îndrăgostit şi mai dependent (într-un sens pozitiv) de Barb decât acum. Este minunat să pot aduce în dormitorul nostru hormoni şi imagini mentale care sunt generate doar de persoana ei. Nu-mi pot imagina viaţa aceasta fără ea. Nici nu e de mirare că jurămintele pe care şi le făceau străbunicii noştri conţineau această uimitoare afirmaţie:

Cu trupul meu, ţie mă închin. Cu trupul meu te voi adora, şi doar trupul tău îl voi preţui.

Cu tot ce sunt îţi voi afirma valoarea.33

A fi îndrăgostit versus a deveni un singur trup în romanul *Mandolina căpitanului Corelli* al lui Louis de Bemières, un tată plin de dragoste încearcă să-i explice fiicei sale ce se întâmplă atunci când nevoile sexuale ale unui bărbat se împletesc în căsătorie cu nevoia de intimitate şi de afecţiune a femeii – atunci când amândoi reuşesc să înţeleagă diferenţa dintre „sex" şi „dragoste" comparativ cu „a fi îndrăgostit" şi „a fi un singur trup":

Dragostea este o nebunie temporară; erupe, iar apoi se stinge. Atunci când se stinge, ai de luat o decizie. Trebuie să descoperi dacă rădăcinile voastre au reuşit să se întrepătrundă într-atât cât să fie de neconceput pentru voi doi să vă mai despărţiţi vreodată. Dragostea nu înseamnă să ţi se taie respiraţia; nu înseamnă să-ţi promiţi unul altuia o pasiune eternă. Nu este nici dorinţa de a te împreună în fiecare secundă din zi şi nu este nici a sta întinsă noaptea imaginându-ţi că el îţi sărută fiecare părticică a trupului […] Asta înseamnă să fii „îndrăgostit", ceea ce este la îndemâna oricui. Dragostea în sine este ceea ce rămâne după ce îndrăgostirea s-a stins. Am trecut şi eu şi mama ta pe acolo; ne-am împletit rădăcinile unul cu celălalt pe sub pământ, iar când toate florile s-au scuturat de pe ramurile noastre, am descoperit că

deveniserăm un singur copac, nu mai eram doi.34

Orice cuplu se poate îndrăgosti – şi orice cuplu poate face sex – ceea ce „este la îndemâna oricui”. Dar dragostea şi sexul în relaţia maritală, separate de planul pe care-l are Creatorul pentru acestea, tind să devină plictisitoare şi nesatisfăcătoare. Dragostea agape* veritabilă, practicată de doi iubiţi servitori care îşi îngrijesc permanent căsătoria, aşa cum ar face cu o grădină scumpă şi a căror dragoste pentru Creatorul lor şi unul pentru celălalt creşte tot mai mult, poate avea ca efect o căsnicie care, la fel ca şi grădina noastră cu flori, înfloreşte la nesfârşit, emanând un parfum de intensă bucurie către cei care păşesc în interiorul ei.

Sau cum spunea Creatorul nostru, „ei vor deveni un singur trup” 35 şi vor avea „o viaţă mai lungă şi mai frumoasă decât au visat vreodată” 36. Şi cine nu şi-ar dori aşa ceva?

4 Vom explica „dragostea agape” în capitolul 11.

Creierul bărbatului – cucerire; creierul femeii – îngrijire

Conform Bibliei, Adam, cel dintâi bărbat, nu a fost plăsmuit în grădina ordonată şi senină din Eden. Ci a fost făurit în haosul sălbăticiei – „născut în partea neîmblânzită a creaţiei” 1, să spunem aşa – înainte de crearea grădinii Eden. Poate că aceasta este o parte a motivului pentru care, atunci când eram mic, mă simţeam în largul meu în pădurile şi pe câmpiile dimprejurul casei noastre. împreună cu alţi băieţi, jucam rolul de soldat, de explorator, de cuceritor şi de erou. Specificul aventurilor noastre se schimba de la o zi la alta, dar întotdeauna eram porniţi să cucerim ceva, întotdeauna eram în căutare de oameni răi, întotdeauna gata să fim noi marii salvatori şi cei care făceam lumea mai bună.

Cred că natura creierului masculin de a cuceri şi de a pune stăpânire pe ceva are o oarecare legătură cu motivul pentru care filmul *Salvaţi soldatul Ryan* regizat de Steven Spielberg este filmul meu preferat. Acesta prezintă povestea unui căpitan al unei trupe de comandă din

armata Statelor Unite, John Miller, care primise misiunea de a-l găsi pe soldatul Francis Ryan care nu ştia faptul că cei trei fraţi ai săi căzuseră pe câmpul de luptă. Armata Statelor Unite doreşte ca el să fie găsit şi trimis acasă, pentru ca părinţii săi să nu-şi piardă şi ultimul fiu rămas în viaţă.

Unul din motivele pentru care acest film incredibil s-a imprimat în inima mea este faptul că m-a ajutat să încep să înţeleg câte ceva din ceea ce trebuie să fi experimentat tata în timp ce lupta în Europa în cel de-al Doilea Război Mondial. Al doilea motiv pentru care filmul m-a impresionat atât de mult a fost faptul că a prezentat atât de frumos construcţia şi trăsăturile creierului meu masculin. Filmul întruchipează sacrificiul şi onoarea, renunţarea totală la sine, curajul, respectul faţă de patrie şi dragostea faţă de familie.

Spre finalul filmului, căpitanul Miller este rănit şi trage să moară pe un pod dintr-un orăşel din Franţa. Soldatul Ryan îngenunchează alături de el, iar căpitanul Miller rosteşte cu greu ultimele cuvinte în faţa omului pentru care şi-a dat viaţa:

— James, să meriţi asta. S-o meriţi! Cadrul se mută apoi pe faţa de-acum îmbătrânitului James Ryan, care stă aplecat deasupra mormântului căpitanului Miller.

Buzele bătrânului Ryan tremură, iar ochii i se umplu de lacrimi. El începe să vorbească spre piatra funerară:

— Să fiu sincer, nu eram sigur cum mă voi simţi întorcându-mă aici. În fiecare zi mă gândesc la ce mi-ai spus în ziua aceea pe pod. Am încercat să-mi trăiesc viaţa cum am putut mai bine. Sper că a fost de-ajuns.

Soţia lui Ryan se apropie de el, iar el îi spune următoarele:

— Spune-mi că am dus o viaţă bună. Spune-mi că sunt un om bun. Soţia lui, profund impresionată de manifestarea sentimentală a soţului ei, îi răspunde blând şi plină de empatie:

— Eşti.

Viaţa unui bărbat – variată, complexă, ireductibilă –

începe cu dorinţa manifestată de creierul masculin de a-şi dovedi valoarea în ciuda oricăror răni, a oricăror greutăţi şi a oricăror provocări […] băieţii şi bărbaţii pornesc într-o căutare naturală, o viaţă întreagă, după propria valoare, […] [care] este foarte diferită de cea a unei fete sau a unei femei.2

Michael Gurian

Ce anume îmi stârneşte cele mai adânci emoţii atunci când vizionez acest film? Cred că faptul că acesta este modul în care Dumnezeu m-a proiectat şi, apoi, m-a creat ca bărbat. Totul se datorează proiectului după care au fost legate circuitele creierului masculin şi după felul în care au fost stabilite particularităţile sale hormonale. Dumnezeu a plănuit ca bărbaţii să îşi atingă ţinta, să depăşească orice obstacol şi să fie învingători. Noi înţelegem în adâncul nostru ceea ce ne este scris în inimă – faptul că trebuie să facem ceva cu noi înşine şi cu vieţile noastre. În adâncul inimii ştim (şi o ştim încă de pe vremea când eram doar nişte ţânci) că am fost creaţi pentru aventură şi pentru cuceriri – pentru o cauză măreaţă, o cucerire măreaţă.

Comparativ cu Adam, Eva a fost creată în frumuseţea luxuriantă şi înmiresmată a grădinii Eden – în adăpostul ei sigur şi lipsit de pericole. Dumnezeu a plănuit ca creierul feminin să fie verbal, relaţional şi orientat spre îngrijire. Aşa că nu ar trebui să surprindă pe nimeni faptul că femeile au tendinţa – încă de la o vârstă foarte fragedă – să fie acasă şi să facă din casa ei un cămin. Acest lucru explică de ce eu, la fel ca majoritatea fetiţelor, mă simţeam atât de bine când povesteam cu prietenele mele cum avea să fie când voi fi căsătorită şi voi avea o familie. Puteam petrece ore în şir povestind cum avea să arate soţul cu care speram să ne căsătorim, visând la felul în care avea să se desfăşoare nunta şi luna de miere şi imaginându-ne cum avea să fie să avem propriii noştri copii – pe scurt, cum avea să fie să am un soţ care să mă iubească şi să aibă grijă de mine şi o familie pe care să o îngrijesc.

De asemenea, mă ajută să-mi explic de ce unul dintre filmele mele preferate este Mesaj pentru tine, *o comedie romantică în care se prezintă povestea a doi newyorkezi, Kathleen Kelly şi Joe Fox. Ei se întâlnesc on-line şi încep să corespondeze prin e-mail. Ei îşi împărtăşesc speranţele şi visurile personale, cărţile şi filmele preferate, dar niciodată nu s-au cunoscut în viaţa reală, cu toate că trăiesc în acelaşi cartier, îşi cumpără cafeaua de la acelaşi magazin Starbucks şi trec unul pe lângă celălalt pe stradă destul de frecvent.*

Încă de la începutul filmului, am fost captivată de felul în care Joe îşi deschide inima în faţa lui Kathleen. Şi ea, şi eu avem un creier care răspunde la descărcarea de ocitocină produsă de e-mailurile lui romantice. Noi, la fel ca majoritatea femeilor, suntem create să ne dorim un soţ pentru tot restul vieţii care să ne iubească şi să ne farmece şi ne dorim să ne creştem şi să ne îngrijim copiii împreună cu el. O parte din mine pur şi simplu abia aşteaptă ca ei doi să se întâlnească în cele din urmă şi să se îndrăgostească, dar realitatea este că dacă s-ar fi întâmplat ca Joe şi Kathleen să se întâlnească, obiectivele lor profesionale individuale, dacă şi le-ar fi cunoscut reciproc, le-ar fi înăbuşit povestea de dragoste ce abia se înfiripase. Vedeţi voi, Kathleen este proprietara unei micuţe librării pentru copii, „Magazinul de după colţ", în timp ce Joe este moştenitorul concernului Fox Books, un conglomerat de librării acaparator, care în cele din urmă o aduce la faliment pe Kathleen.

După ce Kathleen este silită să-şi închidă magazinul, o găsim acasă, deprimată şi răcită. Joe (cu care s-a întâlnit, dar pe care nu l-a identificat drept prietenul ei de pe e-mail şi care foloseşte pseudonimul „NY152") o vizitează şi îi aduce florile ei preferate – margarete. Chiar înainte să plece, ea îl întreabă:

— De ce ai venit?

— Voiam să fiu prietenul tău, îi răspunde Joe. Ştiam că nu e posibil. Dar ce pot spune? *Uneori, ne dorim pur şi simplu imposibilul.*

În scena finală, Kathleen se plimbă pe aleea unui parc, la „prima" ei întâlnire cu „NY 152". Nici acum nu ştie că Joe, duşmanul ei pe plan profesional, este „NY 152", iubitul ei de pe e-mail. Se opreşte şi priveşte în jur. O tânără care face jogging trece prin dreptul ei. Kathleen îşi studiază ceasul, apoi aude un câine lătrând. Câinele lui Joe, Brinkley, îşi face apariţia de după colţ. Ea – şi ridică privirea, îl vede pe Joe şi începe să plângă. Între timp, şi obrajii mei sunt inundaţi de lacrimi în timp ce Joe se apropie de ea, îşi pune braţele în jurul ei şi îi spune:

— Nu plânge, Shopgirl, nu plânge.

Chiar înainte să se sărute, ea îşi ridică privirea şi îi spune:

— Îmi doream să fii tu. Îmi doream atât de tare să fii tu.

Filmul acesta îmi atinge o coardă sensibilă în suflet – la fel cum a făcut-o şi în cazul fiecărei femei care ştiu că a vizionat filmul acesta. De fiecare dată când îl văd, mă apucă plânsul. De ce au femeile această reacţie emoţională când vizionează un film romantic? Datorită modului în care Creatorul nostru a conceput circuitele şi caracteristicile hormonale ale creierului feminin. Nu-ţi poate scăpa realitatea faptului că suntem concepute pentru a clădi şi a cultiva relaţii. În adâncul inimii noastre ştim (şi o ştim încă de pe vremea când eram fetiţe) că am fost concepute pentru a iubi şi pentru a fi iubite – pentru a fi soţii şi mămici.

Nu poţi scăpa de diferenţe

Tendinţa masculină de a cuceri şi tendinţa feminină de a îngriji sunt înnăscute. Aceste tendinţe îşi au originea în felul în care ne-a construit Dumnezeu şi sunt orchestrate de interacţiunile extrem de diferite dintre hormoni, de sistemul de reproducere şi de creier. Dacă nu recunoaştem şi nu respectăm aceste diferenţe, ele se pot transforma într-o serie de conflicte şi multă confuzie.

Probabil femeile îi vor considera pe bărbaţi drept insensibili pentru că sunt mai puţin empatici şi dau dovadă de mai puţină compasiune sau drept nişte bădărani pentru

că lor nu le place filmul *Mesaj pentru tine* sau alte filme excepţionale. Iar bărbaţii le pot cataloga pe femei drept slabe sau miloase, pentru că dorinţa lor de a intra în competiţie sau de a fi agresive este scăzută sau pentru că lor nu le plac filme precum *Salvaţi soldatul Ryan*.

Dar simplul fapt că suntem diferiţi nu înseamnă că bărbaţii nu se pricep să îngrijească sau că femeile nu sunt puternice. Dar putem face aceste lucruri în grade diferite şi în moduri diferite. Bărbaţii pot fi foarte grijulii, dar tendinţa lor este să interacţioneze „prin agresiune", nu prin „grijă empatică" 3.

De exemplu, o femeie va lua un bebeluş în braţe şi-l va dezmierda, în timp ce un bărbat îl va lua şi-l va arunca, în joacă, deasupra capului. Şi majoritatea bebeluşilor sunt încântaţi de ambele genuri de interacţiuni – chiuiesc de plăcere şi când îi dezmiardă o femeie, dar ţipă de plăcere şi la entuziasmul mai brutal al bărbatului.

O femeie este în aşa fel concepută din punct de vedere biologic, încât să ofere îngrijire, mângâiere şi să caute sprijin social în perioade de stres [...] Bărbaţii au şi ei acest instinct [îngrijeşte şi apropie], dar într-un grad mai redus datorită diferenţelor hormonale.4

Shelley E. Taylor, PhD

Bărbaţii folosesc dominarea şi agresiunea pentru a câştiga şi pentru a atinge un anumit statut, iar femeile manifestă o putere mult mai rafinată şi subtilă. Aşa cum au arătat studiile psihologice în repetate rânduri, femeile sunt mult mai capabile decât bărbaţii să simtă, să înţeleagă şi să prezică comportamentul altora. Ele pot „simţi motivaţia din spatele cuvintelor şi al gesturilor" 5. Astfel, abilitatea înnăscută a femeii de a-i descifra pe bărbaţi mai bine decât o pot face ei îi conferă o forţă unică.

Când mă gândesc la puterea unui bărbat, îmi imaginez motorul unui autovehicul – el este cel care-l poate face să atingă o viteză foarte mare. Dar puterea unei femei este mai asemănătoare volanului şi frânei – componente esenţiale care contribuie la un şofat în condiţii de siguranţă. Cele două, combinate, fac posibilă o călătorie

lungă şi satisfăcătoare.

Walt Larimore, MD

Walt are dreptate. Când mă gândesc la puterea unei femei, mă gândesc imediat la o scenă din filmul Nuntă à la grec *în care Toula, fiica logodită, stă de vorbă cu mama ei, Maria. Maria îi oferă sfaturi înţelepte despre căsătorie, spunându-i: „Poate că bărbatul este capul familiei, dar soţia lui este gâtul şi ea poate întoarce capul în ce direcţie doreşte". Puterea unică a unei femei se datorează calităţii ei de a crea relaţii prin consolidarea şi formarea unor familii şi a unor prietenii – şi, în consecinţă, de a zidi fundamentul unei societăţi şi al unei culturi sănătoase.*

Aşa că, în loc să ne „batem capul" cu aceste diferenţe aparent conflictuale, haideţi să vedem dacă le-am putea înţelege mai bine şi să le apreciem pe măsură. La urma urmei, baza biologică a acestor diferenţe este bine documentată.

Creierul masculin este conceput pentru a cuceri

Multe studii au arătat faptul că manifestările agresive ale unui bărbat se datorează prezenţei a doi neurohormoni. Primul este testosteronul – asociat cu un grad crescut de impulsivitate şi de agresiune spontană – şi cel de-al doilea este serotonina. În comparaţie cu femeile, bărbaţii prezintă concentraţii mai mari de testosteron şi mai mici de serotonină, în special la nivelul cortexului frontal, cel responsabil de luarea deciziilor.6

În plus, scanările cerebrale funcţionale ale ariilor sistemului limbic asociate cu agresiunea prezintă o activitate mai intensă în cazul bărbaţilor decât al femeilor. Femeile, dimpotrivă, prezintă o activitate mai intensă la nivelul girusului cingulat al sistemului limbic care este asociat cu un nivel scăzut de agresiune.7 Dintr-o perspectivă anatomică, cortexul cerebral frontal orbital care este asociat cu comportamentul agresiv este mult mai dezvoltat la bărbaţi decât la femei. Mai mult, se crede că această arie a creierului este influenţată puternic de inundarea cu testosteron ce survine intrauterin, precum şi de lipsa efectului calmant al serotoninei.8

Este foarte important ca femeile să înţeleagă aceste diferenţe biologice, pentru că băieţii şi bărbaţii în devenire, au un creier care este conceput să fie mai agresiv, mai impulsiv şi mai asertiv – construcţia lor fiind aceea de a-şi câştiga propria valoare. Ei sunt constrânşi să-şi descopere chemarea şi semnificaţia în viaţă. Ei sunt făcuţi să cucerească lumea din jur şi încep această cucerire la o vârstă surprinzător de fragedă. De exemplu, mama îmi povestea că eu, ca un puşti neînfricat, alergam din braţele ei spre orice aventură imaginabilă şi asta imediat ce am învăţat să merg în picioare.

Şi trebuie să adaug că totuşi comportamentul meu era unul perfect normal pentru un băiat. La vârsta de şase luni, băieţii sunt mult mai puţin fricoşi decât fetiţele, iar această „neînfricare" a lor este proporţională cu concentraţia de testosteron (cu cât este mai mare concentraţia de testosteron, cu atât mai înalt este şi nivelul de „neînfricare"); 9 la treisprezece luni, este demonstrat că băieţii sunt mult mai agresivi şi mai categorici decât fetele; 10 iar la treizeci şi şase de luni, băieţii domină grupurile mixte de copii. La vârsta preşcolară, băieţii dovedesc un interes mai crescut pentru „jocurile de încăierare" decât fetele şi nu au nicio reţinere să se bată sau să distrugă obiecte.11

Cu toate că tendinţa naturală a unei femei poate fi aceea de a crede că un astfel de comportament este unul dăunător, a fost crucial pentru mine, ca mamă, să învăţ că acest gen de joacă este practic esenţial în dezvoltarea sănătoasă a unui băiat. Atunci când băieţii se angajează în tot felul de încăierări, ei de fapt învaţă să îşi controleze agresiunea şi să descopere cât de competitivi pot fi.12 A fost important pentru mine să ştiu că jocul dur dintre Walt şi Scott, la fel ca jocul între majoritatea băieţilor şi a tăticilor lor, are menirea, desigur, să-l înveţe pe cel mic stăpânirea de sine, nu agresivitatea.™

Totodată am învăţat că încă înainte de a merge la şcoală, băieţii încep să-şi demonstreze un comportament pe care majoritatea îl vor continua toată viaţa – ei nu le vor

asculta pe fete atunci când le vor da sfaturi! *14 Acest aspect al tendinţei masculine de a cuceri lumea a devenit evident pentru mine la un moment dat, pe când Scott avea cinci ani*.

Am primit un telefon agitat de la vecina mea Edna.

— *Barb*! *ţipă ea în receptor*. *Vino imediat la mine*! *Scott s-a suit pe acoperiş*!

Am alergat dincolo, de cealaltă parte a străzii, şi îl văd colo, umblând pe coama acoperişului de la casa Ednei. *Edna ţipa la el*:

— *Scott, coboară imediat de acolo*! *O să cazi şi o să te răneşti*! *El a privit-o neîncrezător şi i-a răspuns*:

— *Ba n-o să cad*!

Iată-l pe fiul meu, angajat într-o mare aventură, îmbrăcat în pantaloni scurţi şi cu cizme de cowboy, *convins de faptul că nu avea nevoie să-i spună o femeie ce să facă*!

Bărbaţii doresc să lupte lupta cea bună […] băieţii îşi încep cucerirea de la o vârstă foarte fragedă […] Impulsul masculin [este] de a fi eroic; de a fi cel mai bun […] şi astfel îşi transformă viaţa într-o alergare plină de evenimente riscante, spre succes sau faliment, spre victorie sau înfrângere, o demonstrare a valorii şi a forţei.15 Michael Gurian

Un studiu efectuat pe băieţi de clasa a patra, a cincea şi a şasea a descoperit faptul că, la joacă, băieţii căutau competiţii cu alţi băieţi în peste 50% din totalul timpului, iar fetele erau în competiţie cu alte fete în doar 1% din timp.16 Atunci când cercetătorii i-au lăsat pe copii să se joace cu maşini mari, din plastic, pe care le puteau conduce singuri, au descoperit că mai mulţi băieţi s-au angajat imediat în jocul „berbecilor” Ei îşi conduceau autovehiculul în mod intenţionat ciocnindu-se de o altă maşină sau de alţi copii.17 Descărcarea de testosteron şi de vasopresină a fost abundentă, iar agresiunea şi competiţia au preluat conducerea. Acesta este şi motivul pentru care băieţii adolescenţi se vor implica nu de puţine ori în comportamente foarte riscante. Poate fi parte a dorinţei lor de a-şi descoperi chemarea, de a-şi demonstra

masculinitatea şi de a-şi descoperi semnificaţia.

Există, într-adevăr, ceva „neînfricat în inima fiecărui bărbat” 18. Fiecare bărbat este conceput în aşa fel încât nu poate altfel decât să participe la o cucerire – să fie eroul, să cucerească, să se afle într-o competiţie. Consilierul şi autorul John Eldredge scria: „Cape şi spade, camuflaje, bandane şi pistoale cu ţinte – iată *uniformele* băieţilor. Băieţii tânjesc să afle că sunt puternici, că sunt periculoşi, că trebuie să fie luaţi în considerare”. Iar Eldredge este „convins că aceste dorinţe sunt universal valabile, reprezintă indicii pentru masculinitatea însăşi. Ele pot fi interpretate greşit, uitate sau aşezate într-un loc greşit, dar în inima oricărui bărbat există o disperată nevoie de a găsi o bătălie care merită dusă, o aventură care merită trăită, o frumoasă care merită salvată”. 19

Tendinţa biologică a unui bărbat spre agresiune, cuplată cu dorinţa lui înnăscută de a-şi croi calea, se traduce într-o profundă „noţiune a moştenirii” 20. Cum spunea bătrânul soldat Ryan, noi, bărbaţii, dorim să ştim: „Oare am reuşit? Am trăit o viaţă bună? Am fost un bărbat bun?” Şi există două persoane pe lume de la care am dori să auzim această afirmaţie cu mai multă tărie decât din gura oricui altcuiva – un alt bărbat (mai ales din gura tatălui nostru) şi de la soţia noastră.

Înainte de toate, pe calea pe care o parcurg pentru a-şi demonstra valoarea, bărbaţii au nevoie de confirmarea oferită de alţi bărbaţi. Şi nicio altă confirmare masculină nu este mai importantă decât aceea pe care o primeşte un băiat sau un bărbat (mai ales de timpuriu în viaţă) de la tatăl său. Vă amintiţi ce s-a întâmplat atunci când Iisus a ieşit din Iordan după ce fusese botezat de Ioan? Tatăl Său a privit în jos şi a spus: „Acesta este Fiul Meu preaiubit, în care îmi găsesc plăcerea”. 21 Hei – acestea sunt cuvintele pe care orice bărbat îşi doreşte să le audă! Aceasta este o afirmaţie făcută de Tatăl tuturor taţilor! Este o afirmaţie după modelul căreia au fost concepuţi toţi bărbaţii – şi este imprimată în inimile noastre de Creatorul nostru.

Acelaşi Tată declară acelora cu care are o relaţie

personală că noi suntem copiii Lui: „Dar tuturor celor ce L-au primit, adică celor ce cred în Numele Lui, le-a dat dreptul să se facă copii ai lui Dumnezeu; născuţi nu din sânge, nici din voia firii lor, nici din voia vreunui om, ci din Dumnezeu”. 22 El se gândeşte la tine, îşi găseşte desfătarea în tine, se bucură de tine şi compune cântări despre tine; 23 Îngerii Săi se bucură de tine24 şi tu eşti cel pe care-l iubeşte.25 El te iubeşte cu fiecare părticică din dragostea Lui imensă. Nu contează cât de mult îi iubeşte pe alţii, El nu poate iubi pe nimeni mai mult decât te iubeşte pe tine. Şi cu toate că e greu pentru minţile noastre să priceapă, Dumnezeu te iubeşte la fel de mult cât îl iubeşte pe Iisus.26 *Asta* da afirmaţie!

Afirmaţia pe care tânjim să o auzim poate fi găsită în toată plinătatea ei doar în Tatăl nostru ceresc. Noi suntem pe deplin iubiţi şi pe deplin acceptaţi de un Tată care pur şi simplu nu ne va părăsi *niciodată.27* Şi din acest izvor de dragoste şi de confirmare eterne ne putem adăpa noi ca soţi şi taţi pentru a ne iubi soţia şi copiii cu o dragoste jertfitoare şi altruistă.

În al doilea rând, fiecare bărbat doreşte să fie un erou şi un salvator al adevăratei sale iubiri – este o trăsătură ce a fost adânc gravată în creierul şi în inima noastră de către Dumnezeu care este eroul şi salvatorul sufletelor *noastre.28* Aceasta este o parte a puterii manifestate în chemarea pe care Neemia a adresat-o bărbaţilor de a apăra Ierusalimul: „Nu vă temeţi de ei! Aduceţi-vă aminte de Domnul cel mare şi înfricoşat şi luptaţi pentru fraţii voştri, pentru fiii voştri şi fetele voastre, pentru nevestele voastre şi pentru casele voastre”. 29

Dar, indiferent de cât de mult îşi iubesc bărbaţii soţiile şi copiii, căminul nu este principalul teren în care un bărbat ar trebui să-şi îndeplinească dorinţa de împlinire. Poate fi revelator pentru soţii şi pentru mame să înceapă să înţeleagă faptul că soţii şi fiii lor sunt concepuţi pentru a cuceri şi pentru a pune stăpânire, că menirea lor este să caute să-şi măsoare şi să-şi compare propria

valoare cu cea a altor băieţi şi bărbaţi. Bărbaţii pot face mari sacrificii în această luptă pentru victorie şi, dacă îşi vor pierde vreodată chemarea sau se vor rătăci de pe cărarea ce duce la victorie, ei vor tinde să se închidă în ei înşişi, să fie deprimaţi şi să îşi piardă motivaţia.

Creierul feminin este conceput pentru a îngriji

Diferenţele între sexe în ce priveşte îngrijirea devin evidente la vârste şi mai fragede decât se întâmplă în cazul dorinţei de a cuceri. Aceste diferenţe devin evidente înainte ca fetiţele şi băieţeii să fie capabili de a face distincţii majore între sexe sau să ştie care comportamente sunt caracteristice cărui grup şi care celuilalt.30 Chiar şi între copii cu vârste cuprinse între doisprezece şi douăzeci de luni, expunerea la suferinţa altor persoane le determină pe fete să răspundă cu mai multă empatie, iar pe băieţi cu mai multă indiferenţă.31

Aceste diferenţe se intensifică şi mai mult pe măsură ce fetele cresc. Indiferent de vârstă, fetele sunt mult mai cooperante, iar băieţii sunt mult mai competitivi.32 Fetele de vârstă şcolară încearcă să evite conflictul, în timp ce băieţii din aceeaşi clasă par să facă totul pentru a-l provoca.33 Creierul feminin doreşte să interacţioneze şi să îşi manifeste grija; creierul masculin doreşte ciocnirea şi confruntarea. Şi, după pubertate, când, aşa cum o spune un cercetător, „efectul calmant al estrogenului este manifestat din plin” 34, există o creştere şi mai pronunţată a tendinţei feminine de a coopera.35

De fapt, cercetătorii au descoperit că dorinţa unei femei pentru „legături armonioase este foarte mult influenţată de prezenţa estrogenului”, 36 astfel că, atunci când concentraţiile de hormon estrogen încep să crească, superioritatea femeii în ce priveşte compasiunea şi cultivarea relaţiilor devine şi mai evidentă.37 Iar nevoia de a îngriji devine şi mai intensă sub influenţa ocitocinei şi a prolactinei, hormoni care sunt eliberaţi în cantităţi mari în timpul sarcinii şi al alăptării.38

Theresa Crenshaw, MD, crede că femeile sunt conciliatoare şi pline de grijă datorită profilului lor

hormonal – „concentraţii relativ crescute de serotonină comparativ cu bărbaţii, odtodnă din abundenţă şi estrogen, un hormon antidepresiv, al blândeţii şi al mângâierii” 39. Steven E. Rhoads observă următoarele: „Un alt motiv pentru care femeile sunt conciliatoare este nevoia lor profundă de legătură bazată pe înţelegere. Şi cele mai importante legături ale lor sunt cele de acasă. Femeile spun că relaţiile de familie sunt cheia fericirii lor. Suferinţa în familie are un efect mult mai marcant asupra sănătăţii mentale a soţiilor decât a soţilor”. 40

Atât în cazul bărbaţilor, cât şi în cazul femeilor, ocitocina produce o stare emoţională calmă şi relaxată, amplificând dorinţa de apropiere. La bărbaţi, ocitocina este descărcată în cantităţi mari în timpul orgasmului. La femei, există o varietate de stimuli, chiar şi actul de dezmierdare a copilaşului ei41 poate provoca o descărcare de ocitocină. Un opioid natural, ocitocina o face pe femeie să simtă o stare de euforie sau de bună-dispoziţie în timp ce alăptează.42 Dumnezeu a conceput în aşa fel creierul feminin, încât să funcţioneze în mod optim atunci când beneficiază de impactul deplin al ocitocinei. Nu doar că femeile au mai mulţi receptori pentru ocitocină decât bărbaţii la nivel cerebral, dar numărul acestor receptori creşte şi mai mult în timpul sarcinii! 43

Faptul că femeile sunt mai pricepute să ofere îngrijire decât bărbaţii nu este o surpriză pentru majoritatea oamenilor. Un sondaj efectuat la nivel naţional a descoperit că 87% dintre bărbaţi şi 78% dintre femei consideră că femeile sunt mai bine echipate din punct de vedere biologic pentru a îngriji şi a creşte copii.44 Numeroase studii au ajuns la concluzia că femeile sunt „mai empatice, mai tandre şi mai grijulii decât bărbaţii” 45.

Este important să realizăm faptul că îngrijirea are un efect pozitiv remarcabil asupra femeilor. Faptul că au posibilitatea să-şi îngrijească copiii acasă este „asociat cu o sănătate mai bună a femeilor” 46. Mămicile, în procent de 93% cred că copiii lor sunt o sursă de fericire tot timpul

sau cea mai mare parte a timpului, iar 86% dintre mămici care au copii cu vârsta sub 18 ani spun că relaţia lor cu copiii este crucială pentru fericirea lor personală (acordând nota 10 pe o scară de la 1 la IO).47

Alice McDermott, o romancieră premiată, descrie modul în care ea şi prietenele ei din perioada în care îşi efectua doctoratul au fost transformate de faptul că au devenit mame. Ea spune că „bucuria copiilor părea... prea împlinitoare, prea extraordinară" pentru a putea fi pusă în cuvinte. Dar le-a rugat pe prietenele ei să încerce. Ele au spus ceva de genul: „Faptul că am devenit mamă este cel mai bun lucru pe care l-am făcut vreodată". „E ca şi când ai face permanent baie în lapte călduţ". „Aş fi dispusă să fac copii cât să umplu un stadion întreg". 48

Pe lângă dorinţa lor înnăscută de a-şi îngriji şi de a-şi creşte copiii, femeile se bucură de faptul că copiii răspund mult mai favorabil la grija pe care acestea Le-o oferă. Cu toate că copiii nu par să aibă preferinţe între a se juca cu mămica sau cu tăticul, ei au o preferinţă copleşitoare pentru a fi mângâiaţi şi dezmierdaţi de mămicile lor. La o adică, atunci când bebeluşii şi sugarii au totuşi o preferinţă, ei preferă mângâierea mamei comparativ cu cea a tatălui într-un raport de 14: 1.49

Dorinţa de a îngriji şi beneficiile oferite de aceasta nu sunt limitate la femeile căsătorite care au copii. Este bine cunoscut faptul că fiicele sunt mult mai dispuse să îşi îngrijească părinţii bolnavi decât fiii50 şi că femeile sunt mai dispuse decât bărbaţii să îngrijească animalul de companie al familiei.51 Femeile necăsătorite de orice vârstă nu doar că vor căuta orice mijloc de a-şi manifesta grija, dar îşi pot ameliora chiar sănătatea prin această activitate. Spre exemplu, femeile necăsătorite care au grijă de un animal de companie pot prezenta o scădere semnificativă a tensiunii lor arteriale.52

Nu condiţionarea socială este cea care explică bucuria şi satisfacţia neprefăcute pe care le resimte o femeie atunci când oferă îngrijire – ci aceasta este construcţia creierului ei. Nu e de mirare că suferă şi sunt

disperate atunci când nu au copii sau îşi pierd copilul. Femeile care urmează un tratament pentru infertilitate prezintă grade de depresie comparabile cu pacienţii care suferă de SIDA sau de cancer.53 Pentru femeile care au suferit un avort spontan, riscul de a dezvolta o depresie majoră în decurs de şase luni este de cinci ori mai mare.54

Walt şi cu mine am pierdut patru copii prin avort spontan. Pentru mine, durerea fiecărei pierderi a fost exponenţial mai mare decât în situaţia precedentă. Walt a plâns şi a suferit de fiecare dată – dar suferinţa mea a fost mult mai rea decât orice tortură. O parte din suflet mi-a fost smulsă, iar pierderea acelor copii a lăsat un gol în inima mea care nu poate fi umplut nici acum.

Cucerind şi îngrijind fericiţi până la adânci bătrâneţi

Deci este posibil ca dorinţele de cucerire şi de îngrijire să persiste până la adânci bătrâneţi? Absolut! Exact asta intenţiona şi Dumnezeu şi acest lucru e posibil prin ceea ce W. Bradford Wilcox, PhD, numeşte „patriarhi blânzi" 55 sau „lideri servitori" În lucrările sale de cercetare, el a descoperit că aceştia sunt acei bărbaţi care caută să împlinească nevoile de comunicare şi de afecţiune ale soţiilor lor şi care sunt totodată conştienţi de responsabilitatea pe care o au de a satisface nevoile financiare ale familiei şi de a fi liderii morali ai acesteia.

Studii din întreaga lume au arătat că femeile […] îşi aleg, pentru relaţii romantice şi pentru căsătorie, acei bărbaţi care sunt în căutarea după succes sau un statut. Femeile îşi doresc bărbaţi care să aspire la a fi regi (chiar dacă doar la nivel local), războinici (protectori care să le facă să se simtă în siguranţă), magicieni (bărbaţi care au, chiar dacă doar sub forma unor trucuri ieftine, o putere magică ce conduce la succes), iubiţi (bărbaţi care fac din femei o parte a cuceririi lor)? 6 Michael Gurian

E mult mai probabil ca aceşti bărbaţi să fie supuşi Scripturii şi să adopte modelul oferit de aceasta pentru căsătorie. Tot ei vor fi cei care vor fi mult mai dispuşi să înţeleagă că există o „obligaţie sfântă de a-şi folosi puterea în familie pentru a o sluji" 55.

Dorinţa unei femei de a avea ca partener un bărbat puternic se potriveşte perfect mentalităţii de erou care „este imprimată din punct de vedere biologic în mintea unui bărbat” 57 Iar studiile ştiinţifice vin să sprijine această afirmaţie. O analiză a peste douăzeci de studii asupra fericirii conjugale a ajuns la concluzia că cuplurile dominate de soţii erau cel mai puţin fericite şi că soţiile care îşi domină soţii sunt mai puţin fericite decât soţii lor. Cu alte cuvinte, căsătoria pare să funcţioneze cel mai bine atunci când „o femeie îşi poate influenţa soţul”, dar nu încearcă să-l domine sau să-l lipsească de respectul cuvenit.58

Dacă căsătoria înseamnă unirea dintre o persoană concepută pentru a cuceri şi prevăzută cu multă hotărâre şi o persoană cu predilecţie pentru a iubi şi a îngriji, nu ar trebui să ne surprindă faptul că primul este, într-un anume sens, capul familiei […] Asta nu înseamnă că el va domni precum un dictator absolut. Într-adevăr, auzi destul de des despre femei micuţe, feminine care au reuşit să-şi aibă soţul puternic, masculin şi autoritar „la degetul mic”. Femeile fericite vor conduce de obicei din umbră. Ele pot conduce din cauza dragostei oferite de soţii lor şi pentru faptul că aceştia doresc să le facă pe plac […] În astfel de cazuri, ambele părţi sunt fericite.59

Steven E. Rhoads, PhD

Bărbaţii pur şi simplu nu sunt atraşi de femeile care încearcă să-i controleze.60 Studiile demonstrează că bărbaţilor „le displac categoric” tendinţele dominatoare la partenera lor.61 De ce? Totul se reduce la construcţia biologică a creierului bărbatului menit să cucerească. Atunci când are succes, „el obţine o descărcare foarte plăcută de testosteron; atunci când experimentează un eşec, când are o pierdere sau când este înjosit, are parte de o scădere a concentraţiei de testosteron”. 62

Cu toate că o femeie pare a fi concepută astfel încât să-şi dorească un bărbat care să o conducă, ea-şi doreşte totodată un bărbat care să o preţuiască şi să o cinstească – care să-i fie loial şi să o respecte. Dominarea masculină

este bună într-o căsătorie atunci când este „moderată, nu autocratică” 63. Astfel, dacă femeile sunt atrase de bărbaţi puternici, masculini, ele nu-şi doresc un bărbat tiranic. De fapt, femeile divorţează frecvent de bărbaţi care se comportă ca nişte dictatori fără milă şi care le dispreţuiesc.64

A da cinste modului în care a fost conceput celălalt

Creierul masculin a fost conceput să evalueze şi să înţeleagă lucrurile, oamenii şi sistemele şi relaţiile acestora cu alte lucruri. Creierul masculin este activat când acţionează şi pune în ordine şi este conceput pentru asta – în comparaţie cu creierul feminin, care este creat pentru a conecta emoţii şi cuvinte, prieteni şi prietenii, grijă şi preocupare. Nu e de mirare că bărbaţii se definesc pe sine prin munca şi prin realizările lor – ceea ce realizează, ceea ce pune în ordine şi ce rezolvă –, iar femeile, prin afiliaţiile şi prin asocierile lor – prin persoanele la care ţin.

Datorită centrilor verbali foarte pronunţaţi şi activi, datorită conexiunilor puternice între sistemul verbal şi cel emoţional şi datorită dorinţelor lor de a îngriji şi de a se relaţiona, alimentate de estrogen şi de ocitocină, femeile sunt concepute pentru relaţii – şi se definesc pe ele însele prin calitatea relaţiilor lor. În plus, femeia este creată cu o dorinţă insuflată de Dumnezeu de a fi dorită şi cucerită, de a avea parte de o aventură pe care să o împărtăşească cu eroul ei şi de a i se recunoaşte şi descoperi frumuseţea interioară.

Poate că Walt tânjeşte după bătălii pe care să le poarte, dar, înainte de toate, eu doresc ca el să lupte pentru mine. Inima femeii doreşte să fie în centrul disputei, să fie preţuită şi onorată. Nu e de mirare, fetiţelor, că suntem în mod nativ atrase de poveştile cu cavaleri care salvează prinţesele răpite, cu războinicul ce ia cu asalt zidurile cetăţii pentru a o elibera pe frumoasa lady captivă, cu fanfaronul corsar care o eliberează pe demoazela aflată la ananghie.

Dacă Walt are nevoie de o mare aventură în care să

se arunce pentru a-şi satisface natura lui înnăscută, eu, de asemenea, am nevoie să fac parte dintr-o poveste măreaţă. Desigur, îmi dau seama că a forma o familie, a naşte şi a-i creşte pe copiii noştri înseamnă tocmai să particip la ceva măreţ. Dar mai este ceva. Cu toate că îmi doresc şi am nevoie de siguranţă, de securitate şi, într-o anume măsură, de stabilitate, am nevoie totodată să ştiu că eu sunt o parte esenţială a aventurii pe care o trăieşte el. Nu trebuie neapărat să fiu şi eu în remorcă sau la bordul corăbiei sau în mijlocul sălbăticiei – dar îmi doresc să fiu şi eu inclusă în povestea lui.

Poate că Walt are nevoie de o frumoasă pe care să o salveze, dar eu dispun de o faţă ascunsă şi seducătoare care are nevoie să fie dezvăluită. Când eram mică, mă bucuram de aprobarea şi de afecţiunea pe care mi le oferea tata. Ca adolescentă, mi-am dorit să farmec un tânăr. Ca soţie, trebuie să ştiu că inima soţului meu îmi aparţine şi că privirile lui sunt captivate de mine – şi doar el mă poate asigura că aşa stau lucrurile.

*Eu şi Walt am trecut printr-o situaţie mai dificilă odată ce ne-am apropiat de sfârşitul scrierii acestei cărţi. Termenul limită era aproape şi noi mai aveam enorm de mult de lucru. Când ne mai rămă*seseră *patruzeci şi opt de ore şi o nuntă la care trebuia să participăm şi având o rudă foarte dragă ce tocmai fusese internată la spital cu suspiciunea unui accident vascular cerebral, Walt şi cu mine ne-am trezit lucrând din greu în camere separate. Eu i-am adus patru capitole în biroul de la parter, dar nu înţelesesem exact ce anume îmi ceruse el să fac. El a explodat, iar eu am sărit la rândul meu. Cuvintele pe care ni le-am adresat au fost brutale şi dureroase. Eu m-am refugiat în zona de siguranţă a bucătăriei şi am început să plâng.*

După puţin timp, Walt a venit la mine şi m-a strâns în braţe. El mi-a spus că nicio carte şi nicio agendă nu erau mai importante decât *mine. Era gata să se oprească din lucrul la carte şi să trimită* înapoi *avansul oferit de editură decât să mă piardă. Nu voia să-mi rănească inima doar de*

dragul de a termina o carte.

Walt mi-ar fi putut spune să fiu mai puternică. Ar fi putut încerca să mă înveţe să îmi termin lucrul în forţă. Ar fi putut încerca să mă convingă să rămân tare. Dar nu a făcut nimic din toate lucrurile astea masculine. În schimb, mi-a mângâiat şi mi-a protejat inima de femeie. M-a recucerit cu multă înţelepciune, în loc să mă rănească sau să mă sperie.

Desigur, şi o soţie trebuie să respecte felul în care e conceput creierul soţului ei. O soţie înţeleaptă va recunoaşte înţelepciunea ce se ascunde în sfatul oferit de terapeutul Michael Gurian: „Vei observa că îi produci plăcere şi îl faci foarte mândru atunci când îi treci în revistă realizările şi potenţialul […] Iar el îţi furnizează o mulţime de detalii […] se petrece ceva minunat şi misterios: el se leagă strâns de tine prin modul în care se deschide înaintea ta”. 65

Dacă el nu a făcut nimic eroic într-o anumită zi – sau într-o anumită săptămână – poate că va simţi că a eşuat şi poate că va încerca să-şi depăşească acest sentiment trăind indirect prin realizările starului său favorit din sport […] [sau] printr-o formă de competiţie. Chiar dacă o face participând la un joc de pocher […], probabil asta îl va face să se simtă mai bine, să simtă că, în sfârşit, a învins o provocare – s-a purtat în mod eroic, cu libertate şi în forţă.66 Michael Gurian

O *soţie înţeleaptă va recunoaşte, de asemenea, că felul în care a fost conceput creierul masculin va duce la potenţiale greşeli. Adesea, el nu stă să se gândească înainte să acţioneze. El nu întrevede întotdeauna potenţialele riscuri şi consecinţe. Şi, de multe ori, el nu-şi conştientizează propria forţă – puterea pe care o au acţiunile lui şi în special cuvintele pe care le spune. Cu toate acestea, el este conceput în aşa fel încât să răspundă pozitiv în faţa unei soţii care-l iubeşte şi-l respectă suficient pentru a-i spune: „Nu cred că ţi-ai dat seama, dar chiar l-ai rănit pe fiul/fiica/prietenul nostru când ai făcut [sau când ai spus…]”*.

De exemplu, într-o după-amiază, după ce Scott, fiul nostru, a terminat de tuns iarba, l-a chemat pe tatăl lui afară să îi verifice lucrul făcut – să îşi îndeplinească bine treaba era o condiţie ca să poată pleca la un eveniment organizat de şcoală. Walt a ieşit împreună cu el afară. Nu după mult timp, Scott a intrat în casă furios şi cu ochii înlăcrimaţi. În timp ce eu încercam să-l consolez, el mi-a spus că tatăl lui nu aprecia niciodată nimic din ceea ce făcea – niciodată nu era suficient de bine.

— Taţi întotdeauna găseşte să-mi bage câte ceva de vină.

Mi-am dat seama că Walt nu dorea decât ca fiul lui să-şi facă treaba în mod impecabil. Totuşi îşi putea îmbunătăţi puţin felul în care comunica cu Scott. În seara aceea, am ieşit să ne plimbăm împreună prin curte. I-am spus lui Walt:

— Ştiai cât de rănit a fost Scott după ce i-ai inspectat lucrul pe care l-a făcut azi după-amiază?

Walt m-a privit cu ochii mari.

— Nu! A fost rănit? De ce? m-a întrebat el.

Atunci i-am explicat:

— Nu credeam că ţi-ai dat seama. Walt, Scott chiar are nevoie de încurajare şi de apreciere. Îşi doreşte să facă lucrurile bine pentru tine şi să-ţi câştige aprecierea, dar l-ai rănit prin felul în care i-ai făcut de cunoscut părerea ta.

Am tăcut puţin pentru a-i oferi ceva timp să proceseze ceea ce-i spusesem. Mi-am dat seama că îmi primise mesajul fără a intra în defensivă şi ştiam că puteam comunica eficient cu el. Am continuat să avem un timp excelent împreună discutând despre modul în care Walt îşi putea îmbunătăţi felul de a comunica. Săptămâna următoare, după ce Scott îşi terminase treaba prin curte, tatăl şi fiul au intrat râzând în casă. Scott şi-a ridicat amândouă degetele mari în sus, bucuros, şi am ştiut că de această dată tatăl său făcuse o treabă mai bună.

Barb a înţeles faptul că un bărbat este plăsmuit nu doar pentru a cuceri, dar şi pentru a fi admirat. Ea m-a abordat eficient arătându-mi cum îl rănisem şi îl

descurajasem pe fiul meu, dar şi cum puteam proceda mai bine. Cu adevărat ne descurcăm mai bine împreună decât separat!

10

Creierul bărbatului – întreţinere; creierul femeii – siguranţă

În timp ce eu şi Barb lucram la acest capitol, am luat o pauză pentru a urmări *Prăvălia ororilor*, o piesă gen teatru-ambulant care surprindea o imagine a anilor ’50. Pentru că mai văzusem acest muzical, de această dată eram mai interesat de reacţia publicului. Atunci când unul din personajele principale, Andrey, a început să cânte despre visele ei de a se căsători şi de a scăpa din Skid Row, mi-am plimbat privirile peste publicul tânăr – predominant alcătuit din tinere femei – şi mă aşteptam să aud râsete sau să le văd revoltate. Credeam că ştiam la ce să mă aştept, dar ce m-am mai înşelat!

Iniţial am văzut o mulţime de zâmbete în jur, în timp ce Andrey începu să cânte despre dorinţa ei de a avea o căsuţă mică cât o cutie de chibrituri – cu un grătar pentru *barbecue* şi cu un gard şic la curtea din spate. Iar când Andrey a început să cânte despre visul ei de a-şi menţine căsuţa curată şi dichisită în timp ce soţul ei e ocupat cu treburile de prin jurul casei, am văzut o umbră de sarcasm pe feţele câtorva femei dintre cele mai tinere.

„O să o ia razna!” m-am gândit eu în timp ce Andrey continua să cânte despre o seară în care ea îi pregăteşte o cină rece soţului ei, după care urmăresc împreună emisiunea lor preferată la televizorul lor cu un ecran gigantic cu diagonala de 30 cm. Am auzit câteva râsete prin mulţime în timp ce îşi imaginau probabil propriile televizoare cu ecran mare. Dar în acelaşi timp am zărit lacrimi – o mulţime de lacrimi. Am fost uluit de reacţia lor în timp ce Andrey îşi încheia soloul despre casa pe care şi-o imagina nu doar cât mai departe de Skid Row, ci mai degrabă după un model dintr-o revistă.

Publicul, care mă aşteptam să răbufnească de mânie sau de resentimente dacă îndrăznea careva să-şi manifeste

astfel de emoţii în conversaţiile de zi cu zi, a izbucnit în ropote de aplauze. Am fost uimit să constat cât de uşor accepta un personaj de pe scenă care verbaliza atât de clar nevoile cu care am fost înzestraţi de Dumnezeu şi dorinţele care sunt adânc înrădăcinate în fiecare dintre noi.

Cu toate că astfel de idei despre o casă şi despre o căsătorie tradiţională par a fi nepopulare în rândul multora dintre cei care doresc să ne dirijeze valorile culturale, ele reflectă diferenţele existente între creierul masculin şi cel feminin când vine vorba despre întreţinere şi siguranţă – ea tânjeşte după siguranţa pe care o obţine din modul în care el protejează şi întreţine familia.

Majoritatea dintre noi, bărbaţii, ştim că femeile îşi doresc siguranţă, asta dacă nu cumva am trăit în tot acest timp pe o altă planetă sau dacă suferim de o amnezie totală în ce priveşte femeile. Şi majoritatea femeilor sunt de acord că bărbaţii îşi doresc din toată inima să-şi protejeze soţiile şi familia şi să le întreţină. Până acum nu ar fi trebuit să te surprindă prea mult că aceste diferenţe concepute de Dumnezeu îşi au originea în substanţele chimice ale creierului nostru.

Proprietăţile chimice ale creierului şi fericirea căminului

Una dintre cele mai profunde diferenţe biologice între proprietăţile chimice ale creierului masculin şi ale celui feminin constă în concentraţiile crescute de ocitocină ale femeii care îi orientează creierul în sensul descoperirii oportunităţilor pentru noi legături apropiate în timpul cultivării relaţiilor deja existente.

Cu toate că femeile pot avea parte de relaţii strânse în afara căminului, cele mai înalte concentraţii de ocitocină sunt înregistrate în relaţiile pline de siguranţă oferite de căsniciile fericite, care le ajută pe femei să-şi creeze un cămin confortabil în care să poată da naştere copiilor, să-i poată creşte şi îngriji. Ocitocină este cea care le atrage înspre relaţii durabile de ataşament, înspre făurirea unui cămin şi înspre creşterea unei familii.1 Astfel, când femeile caută un partener pentru viaţă, ele îşi doresc, desigur, un

partener care să fie foarte atent, sincer, interesant şi loial.2 Dar în acelaşi timp, aproape fără excepţie, caută bărbaţi care să le poată sprijini şi care să le întreţină.3 Un bărbat care este un bun întreţinător este important pentru ele pentru că, atunci când au de ales, majoritatea femeilor obţin cea mai mare satisfacţie şi mulţumire din gospodărirea căminului şi din creşterea copiilor. Chiar şi atunci când au un loc de muncă în afara casei, femeile continuă să ia foarte în serios aspectele casnice4 şi se pot simţi chiar înşelate dacă soţii lor preiau anumite sarcini pe care femeile le consideră propriile lor responsabilităţi în casă.5

Cum este afectat mariajul unei femei de dorinţa ei înnăscută de a-şi crea un cămin? Haideţi să ne gândim la ceva simplu, cum ar fi spălatul vaselor. Eu şi Barb avem păreri complet diferite despre vasele din sticlă. Pentru mine, vesela e curată dacă cea mai mare parte a mâncării şi a grăsimii este îndepărtată. Pentru Barb, vesela nu e curată decât atunci când străluceşte. Există şi argumente biologice în spatele acestor atitudini, pentru că bărbaţii şi femeile văd lucrurile literalmente foarte diferit. Ca bărbat, poate că am un ochi mai puţin atent la detalii decât Barb. Dar poate că un factor mai important îl reprezintă şi faptul că un pahar curat ca lacrima este o prioritate mai mică pentru mine decât este pentru Barb.

Adevărul este că majoritatea dintre prietenii mei consideră că soţiile lor fac, în cea mai mare parte, dacă nu chiar în Pentru o femeie în ochii căreia căminul este mai puţin un motel şi mai degrabă cadrul de desfăşurare al relaţiilor celor mai semnificative pentru ea, paharul murdar stă drept un reproş implicit asupra propriilor ei valori [...] Este foarte important pentru o femeie ca propriul ei cămin să fie un loc plăcut şi curat, pentru că ceea ce contează pentru femei – dragostea, afecţiunea, relaţiile, siguranţa – toate există în acest cămin.6

Anne Moir, PhD

totalitate, curăţenia în casă pentru că bărbaţii sunt atât de nepricepuţi în acest domeniu. Un prieten mi-a

spus: „La începutul căsniciei noastre, făceam tot ce puteam să dau o mână de ajutor prin casă. Dar standardele ei pentru ce înseamnă curăţenie sunt mult mai înalte decât ale mele. Mi-ar plăcea să o ajut mai mult – să fac mai multe –, dar ea mă face să mă simt nelalocul meu. Ea spune că dacă mă apuc eu să fac ceva prin casă, ea trebuie să vină după mine şi să refacă totul. Şi chestia asta mă face să mă simt îngrozitor. Aşa că atunci când ea se apucă să facă curăţenie prin casă, eu ies pe-afară şi-mi găsesc de lucru prin curte”. Un alt soţ spune: „Eu, unul, nici nu mai am pretenţia că «fac curat» în casă. Mai degrabă că «aduc ceva îmbunătăţiri» pe ici, pe colo. Atunci când soţia mea este prea aglomerată, apreciază eforturile mele de a îmbunătăţi lucrurile, dar ştim amândoi că activitatea asta este departe de ceea ce înseamnă, de fapt, curăţenia”.

Eu şi Walt am fost nevoiţi să învăţăm cum să ne raportăm la aceste diferenţe fundamentale în ce priveşte percepţia şi proprietăţile chimice cerebrale. Ori de câte ori mă simt rău sau sunt bolnavă, el încearcă – cu cele mai bune intenţii – să menţină totul în bună funcţiune făcând tot felul de lucruri prin casă pe care le fac eu în mod normal. Dar, indiferent de cât de mult s-ar strădui, eforturile lui adesea nu reuşesc să-mi asigure uşurarea pe care doreşte el să mi-o ofere. Unul din motivele pentru care se întâmplă astfel este acela că mie îmi face o plăcere aproape terapeutică să-mi fac toată treaba; al doilea este că eu *vreau ca totul să fie făcut aşa cum fac eu de obicei.*

Am descoperit că Anne Moir, PhD, are categoric dreptate explicând faptul că, atunci când soţii „dau de bucluc pentru că nu reuşesc să aranjeze vasele în maşina de spălat vase, indiferent de modul în care o fac, sau pentru că nu împătură bine faţa de masă, hormonii accentuează o diferenţă fundamentală între sexe în ce priveşte atitudinea şi percepţia” 7

Dar ce putem spune despre cealaltă faţă a monedei? Oare hormonii masculini influenţează dorinţa bărbatului de a-şi proteja şi de a-şi întreţine corespunzător familia şi de a satisface dorinţa de siguranţă a femeii? Categoric, da.

Credem că vei fi uimit să vezi felul în care conlucrează aceste nevoi concepute de Dumnezeu pentru întreţinere şi pentru siguranţă.

Desigur, bărbaţii sunt mai puţin dominaţi de ocitocină şi mai mult influenţaţi de testosteron şi de vasopresină. Aceşti hormoni îi constrâng să manifeste o persistenţă îndârjită şi agresivă de a-şi dovedi valoarea în faţa soţiilor lor şi a lumii întregi şi nu să stea pe acasă să aibă grijă de copii. Independenţa lor determinată de testosteron şi de vasopresină, precum şi nevoia lor emoţională de a fi admiraţi şi respectaţi de ceilalţi îi determină să iasă din casă şi să-şi găsească locul în această lume. O fac pentru a-şi întreţine soţiile şi pentru a le face fericite.8 Astfel că este foarte important pentru sentimentul propriei lor valori – chiar esenţial – să fie capabili să-şi întreţină soţiile cât mai bine.

Cu toate acestea, mulţi soţi şi multe soţii nu realizează cât de profundă şi de intensă este nevoia biologică a unui bărbat de a fi recunoscut şi admirat pentru felul în care îşi întreţine eficient soţia şi familia. A fi un bun întreţinător al soţiei şi al familiei sale este un fel de „test" biologic înnăscut în care fiecare bărbat îşi doreşte să exceleze. Această dorinţă a lor de a excela în întreţinerea familiei este concordantă cu ceea ce a dorit Dumnezeu să facă bărbaţii şi totodată cu ceea ce îşi doresc şi apreciază femeile.

Îmi place foarte mult modul în care Barbara şi Allan Pease descriu modul în care construcţia biologică şi nevoile se complementează reciproc: *„Tendinţa biologică a unui bărbat este aceea de a întreţine o femeie, iar aprecierea ei vizavi de eforturile lui îi confirmă succesul. Dacă ea este fericită, el se simte satisfăcut. Dacă ea este nefericită, el simte că a dat greş, pentru că ajunge la convingerea că nu este un bun întreţinător". Ei continuă cu următoarea afirmaţie*: *„El are nevoie să audă din gura unei femei că este bun în ceea ce face şi că ea este mulţumită de felul în care el o întreţine. „9 Pentru soţii noştri, a ne întreţine şi a ne proteja sunt concepte care le*

sunt înscrise în ADN. Dacă încercăm să uzurpăm sau să minimalizăm ceea ce soţul nostru este menit să facă, ne punem în joc chiar căsnicia.

Barb are dreptate. Căsnicia noastră este în pericol dacă ignorăm felul în care ne-a conceput Dumnezeu în această privinţă. Analizaţi următoarele rezultate confirmate care se obţin odată ce întreţinerea şi siguranţa sunt în dezechilibru într-o căsătorie:

Femeile divorţează de bărbaţii care nu sunt ambiţioşi şi care nu au locuri de muncă stabile şi bine plătite.10

Un soţ se simte rareori în largul lui când soţia lui este cea care îl susţine financiar.11

Cuplurile cu soţii ambiţioase sau care prezintă un venit tot mai mare sunt mai predispuse să ajungă la divorţ.12

Bărbaţii tineri, cu studii superioare şi cu rezultate excelente pe plan profesional şi căsătoriţi cu femei de carieră sunt mai puţin satisfăcuţi cu munca pe care o prestează, cu căsnicia şi cu viaţa lor personală în comparaţie cu bărbaţii care sunt singurii întreţinători ai familiei.13

Atunci când ambii parteneri lucrează, cuplurile raportează că „este mai uşor pentru căsnicie" atunci când cariera soţiei este „mai puţin de succes [financiar] decât cea a soţului" Majoritatea femeilor susţin acest punct de vedere pentru că (1) consideră că munca soţului este mai importantă pentru „simţul propriei valori" şi (2) femeile au nevoie ca soţii lor să fie oameni de succes.14

Cuplurile îşi vor da toată osteneala să ascundă venitul foarte mare al soţiei în vederea protejării statutului soţului ca principal întreţinător al familiei.15

Ratele de divorţ sunt mult mai înalte atunci când cariera soţiei este mult mai înfloritoare decât cea a soţului. De ce? Nici femeile de curând emancipate şi nici partenerii lor tulburaţi nu par să se simtă prea confortabil de această inversare a rolurilor […] Mai întâi, soţia începe să-şi piardă respectul faţă de soţul ei, apoi el începe să se simtă demasculinizat şi, apoi, sexul încetează cu desăvârşire.16

Ralph Gardner Jr.

Aceste observaţii nu sunt simple afirmaţii despre „inversarea rolurilor” Nu sunt nici sexiste, nici şoviniste. Mai degrabă se referă la urmările atitudinii noastre de ignorare a construcţiei noastre înnăscute şi de a strâmba din nas la planul şi la intenţia Creatorului nostru. Nu e de mirare că Biblia condamnă bărbaţii care nu îşi întreţin familiile: „Dacă nu poartă cineva grijă de ai lui, şi mai ales de cei din casa lui, s-a lepădat de credinţă şi este mai rău decât un necredincios”. 17 Deprinderea de a purta de grijă are un impact imens asupra sănătăţii unei căsnicii şi a unei familii. Cercetările efectuate de dr. Steven Rhoads îl fac să ajungă la concluzia că „bărbaţii căsătoriţi se comportă de obicei foarte bine în postura celui care întreţine familia [...] munca este cea care satisface o anumită parte a naturii masculine. Ea le permite bărbaţilor să atingă locuri îndepărtate de căminul familiei. Le asigură un context competitiv. Un salariu oferă un indicator tangibil al progresului”. 18 El continuă: „Femeilor le place să aibă grijă de copii într-o măsură mult mai mare decât bărbaţilor şi, de asemenea, le place munca prin gospodărie mai mult decât le place bărbaţilor [...] Există un argument puternic pentru a considera că astfel de diferenţe au un fundament biologic”. 19

Când soţiile lucrează în afara casei

Ce se întâmplă în viaţa unui cuplu care trăieşte într-o societate în care venitul compus din două părţi este tot mai mult o normalitate? Este greşit ca femeile căsătorite să lucreze în afara căminului? Este posibil să întreţii o familie şi totodată să respecţi diferenţele pe care le-a conceput Dumnezeu? Eu şi Barb răspundem cu un categoric „nu” la prima întrebare şi cu un „da” la cea de-a doua. Nu condamnăm nicio femeie care îşi doreşte carieră, dar considerăm că este esenţial ca noi să purtăm de grijă familiei în aşa fel încât să dăm cinste felului în care ne-a creat Dumnezeu şi să avem grijă în cel mai bun mod de copiii noştri. Şi cum putem reuşi cel mai bine acest lucru?

Femeile căsătorite îmi spun tot timpul că le displace

total faptul că trebuie să lucreze. Femeile cu care vorbesc de obicei îşi doresc să poată alege între a urma o carieră şi a fi casnică – sau eventual îşi doresc o combinaţie între cele două [...] Eu îmi doresc mai degrabă să subliniez principiul că multe femei trebuie să aibă de ales dacă doresc sau nu să lucreze odată ce devin mame. Dacă aleg o carieră, banii pe care-i câştigă ele nu ar trebui să fie necesari pentru întreţinerea de bază a familiei.20 [...] Am fost uimit de numărul femeilor care se simt mult mai bine faţă de soţii lor atunci când venitul lui este cheltuit efectiv pentru acoperirea nevoilor ei şi ale copiilor ei.21 [...] Când vine vorba de bani şi de căsătorie, mai puţin poate însemna mai mult.22

Willard F. Harley, PhD

Mai întâi, femeia însăşi trebuie să aleagă dacă doreşte să combine munca de acasă cu o carieră. Atunci când această alegere o face în locul ei soţul, societatea sau oricine altcineva, e foarte probabil să apară o tensiune maritală însemnată şi ea poate fi astfel privată de satisfacţia şi de bucuria de a fi ceea ce a fost creată să fie.

În al doilea rând, atunci când o femeie îşi doreşte să urmeze o carieră, ea şi soţul ei ar fi bine să analizeze dacă banii câştigaţi de ea ar trebui folosiţi putru cheltuielile de bază ale familiei sau nu. Este logică această abordare, dacă este să ţinem cont de construcţia creierului masculin şi a celui feminin. De obicei, o femeie are nevoie şi îşi doreşte ca soţul ei să câştige banii necesari acoperirii necesităţilor ei fundamentale, iar el este în aşa fel conceput ca să o facă. Willard Harley scrie: „Majoritatea soţiilor nu numai că se aşteaptă ca soţii lor să lucreze, dar se aşteaptă şi să câştige suficient de mult pentru a-şi întreţine familia”. 23 Atunci când un soţ nu poate întreţine familia sau când alege să nu o facă, acest lucru conduce adesea la apariţia conflictului în căsnicie.

Pe scurt, datorită construcţiei creierului masculin şi a celui feminin, eşecul unui soţ de a asigura un venit suficient pentru a acoperi cheltuielile casnice, nevoile vestimentare, alimentare, nevoile legate de transport şi

alte nevoi fundamentale ale vieţii poate să genereze o stare de nefericire în căsnicie.

Totuşi există întotdeauna excepţii de la sugestiile noastre. De exemplu, atunci când Walt a urmat cursurile facultăţii de medicină, eu am fost principala sursă de venit în familia noastră. Amândoi am înţeles că acesta era un sacrificiu şi o investiţie pe termen scurt pe care o făceam împreună în chemarea lui şi în viitorul nostru. Şi am simţit că Domnul era mulţumit de decizia noastră.

Atunci când un cuplu căsătorit se confruntă cu situaţia în care soţia are o carieră profesională care îi oferă un salariu care-i permite să asigure cea mai mare parte a venitului familiei (şi o parte sau toate nevoile familiei), cuplul trebuie să îşi dea seama de situaţia cu care se confruntă, de fapt. Îi recomandăm acestui cuplu să se roage în această privinţă şi să discute cu un consilier spiritual sau pastoral potenţialele riscuri, beneficii şi consecinţe asupra căsniciei şi a relaţiei lor.

*În al treilea rând, atunci când un cuplu are un copil, e timpul de a reevalua lucrurile. Iar acest lucru este necesar pentru că indiferent de cât de mult ne-ar plăcea nouă, femeilor, munca pe care o facem sau cariera noastră, proprietăţile chimice şi biologia creierului majorităţii dintre noi ne vor face să ne dorim mai mult să rămânem acasă după ce vom fi devenit mămici. Imediat ce am făcut primul meu test de sarcină şi a ieşit pozitiv, am început să mă gândesc foarte bine în sinea mea dacă nu venise timpul să renunţ temporar la cariera mea ca profesoară şi să-mi încep cariera ca mamă şi gospodină acasă. Îmi plăcea să predau, dar începeam să simt în interior chemarea de a fi mămic*ă cu *normă întreagă. Iar copiii sunt în aşa fel creaţi încât să crească în mod optim înconjuraţi de grijă şi de dragostea unică a mămicii lor. Copiii caută şi tânjesc după dragostea mamei lor şi, pentru marea majoritate a copiilor, nimeni nu îi poate îngriji mai bine decât propria lor mamă.*

Barb nu a fost singura. Cu toate că 71% dintre mame lucrează în afara casei, *Pew Research Center* a descoperit

că un număr tot mai mare de femei sunt preocupate de faptul că acest lucru s-ar putea reflecta în mod negativ asupra copiilor la o vârstă fragedă. De fapt, doar 29% dintre femei consideră că, atunci când ambii părinţi lucrează cu normă întreagă, pot fi foarte eficienţi şi în domeniul creşterii unui copil.24 În mod surprinzător: „Absolvenţii de colegiu sunt mai sceptici în ce priveşte numărul în creştere al mamelor care lucrează în afara casei decât cei care nu au absolvit colegiul (47% versus 38% susţin că este un lucru rău)". 25

Dr. Janice Shaw Crouse spune: „Este evident că trebuie să existe un anume compromis şi o familie trebuie să depună efort pentru a face posibilă existenţa a două cariere în familie [...] Mult prea multe familii au realizat – prea târziu – că au făcut acea alegere fără să-şi fi stabilit în mod corect priorităţile în luarea unor decizii importante. Femeile înţelepte îşi dau seama că nu pot avea parte de toate lucrurile odată; trebuie să recunoască faptul că, atunci când sunt binecuvântate cu copii, este important să acorde cea mai mare prioritate nevoilor copiilor". 26

Dacă faci o treabă de mântuială în ce priveşte creşterea copilului tău, nu cred că mai contează prea mult ce altceva mai faci în afară de asta.27

Jackie Kennedy

Cercetătorii au demonstrat un lucru ştiut practic de fiecare mămică a unui copil mic: pentru mămicile cu copii sub optsprezece ani, relaţiile cu copiii reprezintă cel mai important aspect al vieţii lor – şi acest lucru este în mod aparte valabil pentru mămicile copiilor preşcolari. De fapt, 80% dintre aceste mămici spun că rolul de mamă are întâietate în faţa oricărui alt rol.28 în cartea sa 7 *Myths of Working Mothers* [*7* mituri despre mămicile care lucrează], Suzanne Venker susţine: „Dacă maternitatea ar fi percepută drept slujba cu normă întreagă, cum şi este, nu ar mai fi considerată drept ceva ce putem face pe deasupra, iar femeile ar putea fi mai puţin înclinate să încerce să găsească un echilibru între carieră şi rolul de mamă, doar pentru a descoperi, după mulţi ani şi după

mult stres, că acest echilibru este imposibil de găsit”. 29

În cazul meu, a fost relativ uşor să mă gândesc că aveam să mă întorc la locul meu de muncă după naşterea lui Kate – cel puţin înainte *să şefi născut. Odată ce-am ţinut-o în braţe, am mângâiat-o şi am alăptat-o, am fost copleşită de dorinţa de nestăpânit pe care o au femeile de a avea grijă de copiii lor. Ştiam că nu exista nicio persoană pe care să o fi putut angaja şi care să se îngrijească mai bine de copilul meu decât o puteam face eu însămi. Fără a beneficia de acţiunea hormonilor mei feminini la nivelul creierului, totuşi Walt a abordat în mod natural cu totul diferit această problemă.*

Creierul masculin pragmatic va începe să îşi pună întrebarea dacă este posibil din punct de vedere financiar ca mama să rămână acasă şi să-şi crească copiii. Cel puţin eu exact asta am făcut! Mi-am însuşit cu toată convingerea argumentul care spunea: „Costurile necesare creşterii şi întreţinerii unei familii sunt atât de mari încât, pentru a supravieţui financiar, este *nevoie* ca ambii părinţi să lucreze”. Nu i-am auzit (sau am ales să-i ignor) pe cei care susţin: „Cheltuiala provocată de faptul că ambii părinţi lucrează [o cheltuială financiară reală, fără să mai punem la socoteală cheltuiala emoţională şi stresul] este atât de mare, încât, de obicei, este mai bine pentru mamă, pentru copil şi pentru familie ca ea să rămână acasă”. 30 Şi nici nu am realizat ceea ce studiile au demonstrat în prezent cu claritate: mamele care lucrează cu normă întreagă sunt în mod deosebit împovărate de lipsa de timp şi de eforturile pe care sunt nevoite să le întreprindă pentru a aduce în echilibru rolul de mamă cu celelalte aspecte ale vieţii lor.31

Ce se întâmplă cu femeile care trebuie să lucreze în afara casei şi, pe lângă asta, să aibă grijă şi de soţ, de copii şi de căminul familiei? Adesea „rezultatul îl reprezintă nişte mame iritate, epuizate, disperate după un cămin care să arate şi în care să se şi simtă acasă şi după mai mult timp pe care să-l poată petrece cu copiii lor […] A fi permanent în mişcare într-o lume foarte competitivă poate

fi ceva de dorit pentru bărbaţi, dar nu şi pentru majoritatea femeilor care îşi doresc să rămână însărcinate şi să îşi alăpteze copiii [...] A iubi înseamnă să faci ceva [...] Cine îi poate asigura mai bine copilului o dragoste caldă şi plină de grijă decât chiar mama lui?" 32

Steven E. Rhoads, PhD

Dr. Willard Harley scrie: „Unii oameni bine intenţionaţi, în dorinţa de a veni în sprijinul drepturilor femeilor, le încurajează pe toate femeile să facă o carieră, pentru că ei consideră angajarea un drept şi un privilegiu. Totuşi ei nu realizează faptul că o femeie are totodată dreptul şi privilegiul de a fi gospodină şi o mamă cu normă întreagă". 33

Creşterea siguranţei emoţionale a femeii

Am ajuns să înţeleg faptul că bărbaţii şi femeile îşi doresc siguranţa – dar noi avem fiecare nevoie de tipuri diferite de siguranţă. Pentru femei, nevoia de siguranţă este o nevoie primară care le este întipărită în circuitele cerebrale şi în răspunsurile produse de hormonii lor. Dar nevoia lor de siguranţă nu se limitează doar la bani.

Este important ca nevoile financiare ale femeilor să fie asigurate – într-o aşa de mare măsură, încât multe femei ajung să lucreze cu jumătate de normă sau cu normă întreagă pentru a completa venitul asigurat de soţul lor. Dar această nevoie păleşte în comparaţie cu nevoia mai adâncă de a şti că soţul lor le iubeşte cu adevărat şi că se îngrijeşte de ele şi de copiii lor. Atunci când soţul îi asigură acest tip de siguranţă, biologia şi substanţele biochimice ale femeii răspund într-un mod uimitor şi foarte sănătos.

Majoritatea soţilor nu înţeleg acest adevăr. Ei interpretează nevoia soţiei lor de siguranţă drept echivalentă cu faptul că ei trebuie să lucreze mai multe ore şi să asigure mai multe lucruri în casă pentru a oferi familiei lor un nivel mai mare de siguranţă financiară. Dar acesta este modul de gândire al unui soţ, nu şi al unei soţii. Am fost surprins să descopăr faptul că un studiu a arătat că 70% dintre femeile căsătorite sunt mai dispuse să suporte lipsuri financiare decât să suporte probleme de

relaţie cu soţul lor.34

Când m-am gândit la siguranţă ca tânără soţie şi mamă, primul meu gând nu a fost la casa mea sau la contul nostru curent sau la educaţia copiilor noştri. Pentru mine şi pentru majoritatea femeilor, cel mai mult contează siguranţa emoţională şi siguranţa relaţională; ele sunt esenţiale pentru sănătatea şi psihicul nostru. Suntem concepute astfel încât să răspundem în moduri extraordinare atunci când ne simţim în siguranţă pe plan emoţional şi unite pe plan relaţional cu soţii noştri. Am nevoie să ştiu că el va fi alături de mine, orice s-ar întâmpla.

Pe parcursul anilor, eu şi Barb am descoperit că o pot face să se simtă mult mai în siguranţă şi mai protejată nu doar prin ceea ce fac pentru a o întreţine şi pentru a o ocroti, dar şi prin ceea ce spun şi prin modul în care o spun. Mi-au fost necesari ani de zile, dar am învăţat să urmez sfatul înţelept al consilierului pe probleme maritale şi de familie dr. Willard Harley: „Sentimentul de siguranţă este firul strălucitor de aur care este întreţesut în toate cele cinci nevoi de bază ale unei femei. Dacă un soţ nu menţine un nivel sincer şi deschis de comunicare cu soţia lui, el îi subminează încrederea şi, în cele din urmă, îi distruge sentimentul de siguranţă. Pentru a se simţi în siguranţă, o femeie trebuie să aibă încredere că soţul ei îi oferă informaţii corecte cu privire la trecutul, la prezentul şi la viitorul lui”. 35

Am învăţat că atunci când îi spun lui Barb adevărul, întreg adevărul şi doar adevărul curat, eu, de fapt, îi consolidez sentimentul de siguranţă emoţională. Totuşi am descoperit că mulţi soţi nu urmează această tactică. Ei aleg să-şi „protejeze” soţiile faţă de adevărul din viaţa lor sau de ceea ce simt ei cu adevărat.

Pentru că ştiu că Walt este întotdeauna sincer cu mine – indiferent că vorbim despre finanţe, despre preocupările lui, despre felul în care arăt sau despre felul în care sunt îmbrăcată – el îmi comunică faptul că ştie că pot suporta adevărul. Pentru că este sincer cu mine, nu

trebuie să îmi fac griji despre impresii false sau despre minciuni mici şi nevinovate.

Şi, băieţi, vestea bună este că a o ajuta pe femeia din viaţa noastră să aibă siguranţă emoţională este mult mai uşor pentru noi decât să ne zbatem pe rupte să aducem mai mulţi bani în casă. Eu şi Barb am învăţat acest principiu când Kate a împlinit şase ani.

Tocmai terminaserăm de mâncat cina, când a sunat tatăl meu pentru a-i ura „la mulţi ani" lui Kate. După ce a vorbit cu Kate, am stat şi eu puţin de vorbă cu el. Când am dus receptorul la ureche, tata a spus pur şi simplu: „Felicitări!" Pentru o clipă am fost derutat. Felicitări pentru ce? Nu-mi aminteam să fi făcut nimic care să fi meritat felicitările tatălui meu. Apoi, tata a spus un lucru care m-a şocat până în măduva oaselor: „O treime din viaţa ta cu Kate tocmai s-a sfârşit".

Mi-a luat câteva secunde, apoi adevărul cuvintelor pe care tocmai mi le spusese începu să mă pătrundă. Când va avea optsprezece ani, Kate avea să plece, probabil, de acasă. Şase ani zburaseră deja, aşa că sărbătoarea noastră marca sfârşitul unei treimi din viaţa ei de acasă. Am înţeles instantaneu ceea ce încerca să-mi comunice tata într-un mod atât de gentil şi de înţelept: „Fiule, trebuie să mai stai şi pe acasă – să fii alături de familia ta".

Lucram din greu ca medic de familie cu un program foarte încărcat – era aproape echivalentul a două slujbe cu normă întreagă. Îmi doream să îi întreţin cât mai bine pe Barb şi pe copii. Îmi doream să le asigur tot ce puteam mai bun – bani pentru şcoală, concedii deosebite, o casă elegantă şi o mobilă modernă. Şi eram pe drumul cel bun în acest sens, dar eram foarte mult timp plecat de acasă.

Pentru a scurta toată povestea, Domnul chiar a folosit cuvintele tatălui meu pentru a mă convinge de nevoia familiei mele de a mă avea mai mult timp pe-acasă. Puteam munci mai mult pentru a putea cumpăra mai multe lucruri sau puteam lucra mai puţin şi să am mai mult timp în care să mă dăruiesc pe mine însumi lor. Eu şi Barb am discutat mult despre diferenţa dintre ceea ce ne trebuia şi

ceea ce ne doream noi şi dintre ceea ce consideram noi că aveau copiii noştri nevoie şi ceea ce îşi doreau ei. Mi-am dat seama că a fi acasă era *adevărata* mea slujbă.

Sănătatea şi siguranţa mea emoţională şi relaţională erau mult întărite când Walt era acasă. Kate, Scott şi cu mine aveam mai mare nevoie de Walt decât de banii în plus pe care-i câştiga. Cred că a fost o mare *uşurare pentru Walt să îşi dea seama că, deşi mă bucuram de venitul în plus pe care-l aducea acasă, ceea ce-mi lipsea, de fapt, era să petrec mai mult timp cu el în calitate de prietenul meu cel mai bun, de soţ şi de tată al copiilor noştri.*

Creşterea siguranţei emoţionale a bărbatului

Creierul masculin este în aşa fel conceput şi programat încât să-şi asume responsabilitatea de a câştiga pâinea pentru soţia lui şi pentru a o întreţine. Biblia îi atribuie lui acest rol, iar biologia lui îl constrânge să facă întocmai. Atunci când o face, el simte un nivel înalt de satisfacţie. Dar un bărbat are şi o altă nevoie care are legătură cu siguranţa lui emoţională – nevoia de pace, de linişte şi de sprijin familial pe frontul de acasă.

Întregul sistem al femeii este conceput şi programat pentru relaţii, interacţiune, vorbit şi împărtăşire. Aşa că, pentru majoritatea femeilor, este dificil să înţeleagă modul în care sunt programaţi bărbaţii – modul în care sunt automatizaţi, dacă vreţi – pentru a avea nevoie de spaţiu şi de momente de pace şi de linişte. Cu toate că bărbaţii înţeleg faptul că angajamentul lor în căsătorie presupune o reducere a timpului pe care-l pot pune deoparte pentru hobby-uri, femeile pot contribui la bunăstarea lor oferindu-le puţin timp liber – puţin timp în care să se poată relaxa şi să-şi practice hobby-urile în afara căminului.36 Totodată ei sunt încântaţi atunci când femeile fac o prioritate din a asigura un mediu curat şi primitor acasă.

Dr. Harley scrie: „Nevoia de sprijin familial este o bombă cu ceas. La început, pare un lucru lipsit de relevanţă, e ca un ecou al unor perioade mai primitive”. 37 Totuşi în majoritatea căsniciilor există un fel de înţelegere

tacită între soţ şi soţie. Fiecare se aşteaptă ca celălalt să pună mâna la treburile casnice. Totuşi, dacă el este principalul întreţinător al familiei, el se aşteaptă şi are nevoie ca soţia lui să aibă grijă de casă şi de copii. Cu condiţia ca ea să-i ofere acest gen de sprijin familial, el tinde să se bucure şi să obţină o mare satisfacţie din responsabilitatea ce-i revine de a asigura familiei sale venitul de care aceasta are nevoie.

Nu credem că este demodată sau şovinistă observaţia că bărbaţii, mai frecvent decât femeile, au această nevoie emoţională de a li se purta de grijă. Şi, de asemenea, mai frecvent, femeile au nevoia emoţională de a asigura şi de a oferi această grijă. Nevoia bărbatului ca soţia lui să poată să se îngrijească atât de casă şi de copii, cât şi de el este preponderentă, persistentă şi profundă. Dr. Harley observă: „În mod tradiţional, soţiile şi-au asumat cea mai mare parte din responsabilităţile casnice şi ale creşterii copiilor, în timp ce soţii şi-au asumat responsabilitatea de a asigura un venit pentru familie”. 38 Noi considerăm că acest lucru reflectă modul în care este creat creierul masculin şi cel feminin. De fapt, cercetările au demonstrat că chiar şi în căsniciile în care ambii parteneri au o carieră, bărbaţii sunt, în medie, implicaţi în mai puţin de jumătate din activităţile legate de creşterea copiilor şi din treburile casnice comparativ cu soţiile lor care lucrează.39 Mai mult, bărbaţii tind să divorţeze de femeile care nu sunt bune gospodine.40

Fără îndoială, devine tot mai important, în mod special în căminele în care ambii parteneri lucrează, ca atât soţul, cât şi soţia să îşi împartă sarcinile casnice pe cât posibil. De fapt, un sondaj naţional efectuat de curând raportează următoarele: „Circa 62% dintre adulţi susţin că împărţirea sarcinilor în casă este un aspect foarte important pentru succesul marital. Asupra acestei chestiuni, practic nu există nicio diferenţă de opinie între bărbaţi şi femei sau între adulţii mai vârstnici comparativ cu cei mai tineri”. 41

Vestea bună este că femeile pot avea o influenţă

puternică în a-şi susţine soţul şi căsnicia prin înţelegerea modului în care funcţionează hormonii lui şi a modului în care el este conceput când vine vorba despre muncă, despre aventură şi despre întreţinerea casei. Adevărul este că femeile sunt programate şi concepute pentru a avea grijă de soţul, de familia şi de casa lor. Femeile sunt concepute să înflorească în domeniul casnic.42

Ţinând cont de faptul că această realitate corespunde construcţiei înnăscute, native a creierului masculin şi a celui feminin, este ceva bun, nu rău. O femeie care sprijină şi se îngrijeşte de satisfacerea nevoilor emoţionale şi casnice ale soţului ei are toate şansele să aibă parte de un partener care îi va oferi bucuros şi în mod galant siguranţa financiară şi emoţională de care ea are nevoie. Găsind echilibrul între nevoile creierului masculin şi ale celui feminin, mariajul lor devine mai fericit şi mai puternic.

11

Creierul bărbatului – respect; creierul femeii – dragoste

Nu are importanţă că are şapte sau şaptezeci şi şapte de ani, concentraţiile înalte de testosteron şi de vasopresină ale bărbatului îl determină în mod natural să reacţioneze la respect şi la admiraţie, la apreciere şi la confirmare. Atunci când o soţie înţelege nevoia lui de admiraţie şi de aprobare şi este interesată de munca soţului ei, de hobby-urile şi de interesele lui, ea joacă un rol crucial în satisfacerea nevoii lui de a şti că este nevoie de el. Indiferent de cât de mari sunt „propriile ei realizări, este vital ca ea să-i permită bărbatului să strălucească, pentru că altfel ea nu va beneficia de toată dragostea pe care şi-o doreşte din partea lui” 1.

Felul în care este conceput bărbatul şi profilul său hormonal îl fac să spună: „Ia uitaţi-vă la mine! Priviţi ce ştiu eu să fac” şi prin asta încearcă să spună, de fapt: „Nu-i aşa că mai ai nevoie de mine?” Lucrează doisprezece ore pe zi şi are nevoie să ştie că este nevoie de el.2 Michael Gurian

Dacă nu-i este satisfăcută nevoia ca propria lui soţie

să-l respecte, să-l preţuiască şi să aibă nevoie de el, bărbatul îşi va abandona adesea soţia – fizic sau emoţional. Dacă ea alege în mod constant să-l dispreţuiască, să-l subaprecieze, să-l necinstească sau să-l facă de ruşine, mai ales în public, el va alege adesea să se distanţeze de ea. Poate că va petrece mai mult timp la locul de muncă, va acorda mai mult timp hobby-urilor sale sau televizorului, va sta mai mult timp la calculator sau va petrece mai mult timp cu cineva – cu oricine – care îi va satisface nevoia cu care a fost conceput. Dacă ea continuă să nu-i acorde respect şi admiraţie, în cele din urmă, el o va părăsi.

Ştiu că Walt, la fel ca toţi ceilalţi bărbaţi, are o nevoie profundă de a i se acorda încredere şi de a fi admirat de cei din jur şi în mod deosebit de mine. El va fi mai atras şi mai puternic legat de mine pe măsură ce eu îl apreciez şi-l admir pentru ceea ce face pentru mine şi pentru copiii noştri. Dr. Willard Harley le aminteşte femeilor că „admiraţia sinceră este o imensă motivare pentru majoritatea bărbaţilor. Atunci când o femeie îi spune unui bărbat că îl consideră un om minunat, acest lucru îl va inspira să realizeze şi mai mult" 3. Aşa că este esenţial ca eu să-i comunic lui Walt: „Ador că îmi spui şi-mi arăţi că mă iubeşti, dar, în acelaşi timp, ador faptul că eşti un soţ bun, un tată bun şi atât de priceput la locul tău de muncă". Şi-mi place să le reamintesc femeilor că trebuie să începem prin a aprecia ceea ce soţii noştri deja fac foarte bine, nu ceea ce ar putea ei face sau ceea ce ar trebui ei să devină. Nu există o tehnică sau o carte de instrucţiuni despre cum să faci acest lucru; ci înseamnă pur şi simplu să înţelegi felul în care el a fost creat.

Ea a fost concepută să fie iubită, iubită, iubită

Nu are importanţă că au şapte sau şaptezeci şi şapte de ani, fetele şi femeile au un creier care a fost conceput astfel încât să răspundă la dragoste şi la grijă, dar şi să le ofere. Nicio relaţie nu are un impact hormonal mai mare asupra femeii decât cea în care este iubită de un bărbat care i s-a dedicat pentru tot restul vieţii. Un bărbat care înţelege acest lucru şi îi spune soţiei sale că o iubeşte va

juca un rol cardinal în intensificarea sentimentului ei că este cu adevărat nevoie de ea şi că este iubită. Indiferent de realizările lui, totul va păli în comparaţie cu faptul că-şi iubeşte soţia şi copiii.

Este vital ca un bărbat să-şi iubească continuu şi fără nicio rezervă soţia, să facă depuneri frecvente în contul ei de economii emoţionale. Cu cât depunerile lui în acest cont sunt mai consistente, cu atât ea va fi mai dispusă să se apropie de el. Noi, bărbaţii, trebuie să înţelegem şi să ne amintim că nevoia ei de dragoste în mod repetat, recurent şi repetitiv se datorează, pur şi simplu, propriei sale construcţii. Atunci când este ţinută în braţe, îmbrăţişată şi ascultată de soţul ei, ea va experimenta un tsunami hormonal, în special de ocitocină, care o va apropia mai mult şi îi va intensifica dorinţa după el. Felul în care este concepută şi profilul ei hormonal o fac să spună: „ţine-mă în braţe", „îmbrăţişează-mă" şi „spune-mi că mă iubeşti".

Este nevoie de doi pentru un tangou

Influenţa hormonală şi felul în care este conceput fiecare dintre cei doi parteneri au scopul ca cei doi să se completeze şi să se întărească unul pe celălalt. Pe măsură ce un bărbat îşi iubeşte soţia şi îi arată afecţiune, ea este mai capabilă şi mai dispusă să-l respecte şi să-l admire, acţiuni la care el este programat să reacţioneze prin a o iubi tot mai mult. Dr. Emerson Eggerichs, consilier marital şi pastor, descrie felul în care se petrec lucrurile: „Când soţul se simte nerespectat, are pornirea firească de a reacţiona în moduri pe care soţia le va percepe ca fiind lipsite de dragoste. Când soţia simte că nu este iubită, are pornirea firească de a reacţiona în moduri pe care soţul le va percepe ca fiind lipsite de respect. Fără dragoste, ea reacţionează fără respect. Fără respect, el reacţionează fără dragoste – şi lucrurile continuă în felul acesta". 4

Când există o stare conflictuală în căsătorie, femeile sunt foarte pricepute la a trage săgeţi verbale, iar bărbaţii sunt pricepuţi la aruncatul pietrelor. Ori de câte ori mă aud plângându-mă, criticând sau ridicând tonul, eu nu fac altceva decât să-i transmit lui Walt: „Am nevoie de

dragostea ta!” *Şi ori de câte ori el se cufundă în tăcere sau se retrage sau când reacţionează foarte brutal, el îmi spune de fapt*: „*Am nevoie de respectul tău*!” *De cele mai multe ori, atunci când Walt se înfurie pe ceva ce am spus sau am făcut eu, iar eu nu reuşesc să înţeleg pe deplin motivul, există o foarte mare probabilitate ca el să se simtă nerespectat. Într-un sondaj efectuat pe plan naţional, peste 80% dintre bărbaţi au afirmat că atunci când se certau cu soţiile lor, ei se simţeau în mare măsură nerespectaţi.5*

Un bărbat are nevoie de o soţie care să fie mai degrabă o bună încurajatoare decât un bun critic. De critică are parte mai mult decât suficient din partea lumii întregi. De aceea, în spatele majorităţii bărbaţilor de succes se găsesc soţii care îi admiră şi îi încurajează. O soţie trebuie să-şi admire şi să-şi aprecieze soţul pentru ceea ce este el deja şi pentru trăsăturile pozitive de care el dispune deja – şi nu pentru ceea ce poate deveni sau pentru trăsăturile pe care soţia lui şi-ar dori ca el să le aibă.

Shaunti Feldhahn le reaminteşte femeilor: „*Ca femei, deţinem o putere şi o responsabilitate enorme. Putem fie să îi întărim pe bărbaţii moştri, fie să-i distrugem. îi putem ridica sau îi putem doborî, inclusiv în chestiuni care nu ţin strict de relaţia de cuplu, deoarece aprecierea pe care o primesc sau nu acasă le afectează toate domeniile vieţii* […] *La fel cum nouă ne place să auzim*: «*Te iubesc*», *sufletul unui bărbat se înmoaie la doar câteva cuvinte, la fel de simple*: «*Sunt atât de mândră de tine.*» „*6 împăratul Solomon scria*: „*O femeie cinstită este cununa bărbatului ei, dar cea care-i face ruşine este ca putregaiul în oasele lui. „7*

Cealaltă faţă a medaliei care reprezintă creierul lui/creierul ei este faptul că în spatele oricărei femei căsătorite fericite se află un bărbat care o iubeşte, care o preţuieşte şi care îi arată o afecţiune plină de tandreţe. Biblia ne învaţă: „Bărbaţilor, iubiţi-vă nevestele şi nu ţineţi necaz pe ele”.8 A fost util pentru mine să înţeleg faptul că

pentru Barb este esenţială afecţiunea pe care i-o arăt. Ea este în aşa fel concepută încât să aibă nevoie şi să răspundă la cuvinte şi la atingeri blânde şi pline de afecţiune din partea mea – cel puţin de câteva ori pe zi. Pentru o femeie, afecţiunea are o semnificaţie mai mare decât şi-ar putea imagina vreodată un bărbat. Barb adoră sentimentele de care beneficiază odată cu descărcarea de ocitocină ce are loc atunci când eu sunt afectuos cu ea. Şi asta nu are nimic de-a face cu sexul; ci are de-a face cu felul în care ea a fost creată.

Pentru majoritatea femeilor, afecţiunea simbolizează siguranţă, ocrotire, confort şi aprobare, elemente importante şi vitale în ochii lor […] Afecţiunea este contextul unei căsnicii, în timp ce sexul este un eveniment. Afecţiunea este un mod de viaţă, un fel de baldachin care acoperă şi protejează o căsnicie […] Majoritatea femeilor pe care le-am consiliat tânjesc după afecţiune. Încerc să-i ajut pe soţii lor să înţeleagă plăcerea pe care o resimte o femeie atunci când nevoia ei este satisfăcută […] Nevoia de afecţiune a unei femei este probabil cea mai profundă nevoie emoţională a ei.9 Willard F. Harley, PhD

Cu cât îi spun mai mult lui Walt că am nevoie de el şi cât de mult îl respect şi îl admir pentru felul în care mă susţine pe mine şi familia noastră, cu atât el este mai capabil şi mai dispus să-mi ofere afecţiunea şi intimitatea la care eu am fost construită să reacţionez. Creierul nostru este în aşa fel conceput încât, atunci când ne dedicăm satisfacerii nevoilor partenerului nostru, el sau ea este atrasă spre a ne satisface propriile noastre nevoi. Avem mult mai multe şanse să primim lucrurile de care avem nevoie din partea partenerului nostru atunci când îi satisfacem nevoile.

Dragostea este cultivată şi va continua să se reverse într-o căsătorie care manifestă aceste atribute:

Nu faceţi nimic din duh de ceartă sau din slavă deşartă; ci în smerenie fiecare să privească pe altul mai presus de el însuşi. Fiecare din voi să se uite nu la foloasele lui, ci şi la foloasele altora.

Să aveţi în voi gândul acesta, care era şi în Hristos Iisus:

El, măcar că avea chipul lui Dumnezeu, totuşi nu a crezut ca un lucru de apucat să fie deopotrivă cu Dumnezeu, ci S-a dezbrăcat pe Sine însuşi, şi a luat un chip de rob.10

Atât eu, cât şi Barb suntem învăţaţi că trebuie să lăsăm deoparte dorinţele noastre egoiste slujindu-L mai întâi pe Creatorul şi, apoi, slujindu-ne unul pe celălalt şi venind în întâmpinarea nevoilor celuilalt. Dacă alegem să nu urmăm acest curs, căsnicia noastră începe să slăbească.

Biblia ne prezintă unul dintre motivele pentru care vedem atât de multe căsnicii distruse în jurul nostru, chiar şi în comunităţile de credincioşi: „Căci acolo unde este pizmă şi duh de ceartă, este tulburare şi tot felul de fapte rele”. 11 Dacă tot ce cauţi este să-ţi fie satisfăcute propriile tale nevoi sau dacă pretinzi mereu ca partenerul tău să fie cel care să te satisfacă fără ca tu mai întâi să cauţi să vii în întâmpinarea nevoilor celuilalt, va fi foarte probabil că veţi avea parte de probleme sau, în final, chiar de destrămarea căsniciei voastre. Creatorul nostru care a conceput creierul, rolul, nevoile, punctele tari, şi punctele slabe ale fiecărui sex în parte, ne prezintă un plan diferit în Biblie: în căsnicie, soţul şi soţia ar trebui să fie supuşi unii altora.12

El este responsabil de o dragoste jertfitoare

Biblia le spune soţilor: „Iubiţi-vă nevestele cum a iubit şi Hristos Biserica şi S-a dat pe Sine pentru ea”. 13 Cu alte cuvinte, eu trebuie să o iubesc pe Barb în acelaşi fel în care Dumnezeu mă iubeşte pe mine. Trebuie să mă dăruiesc lui Barb cu o dragoste jertfitoare, în acelaşi fel în care Cristos S-a jertfit pentru mine. Biblia spune, de asemenea: „Tot aşa trebuie să-şi iubească şi bărbaţii nevestele, ca pe trupurile lor. Cine îşi iubeşte nevasta se iubeşte pe sine însuşi. Căci nimeni nu şi-a urât vreodată trupul lui, ci îl hrăneşte, îl îngrijeşte cu drag, ca şi Hristos Biserica; pentru că noi suntem mădulare ale trupului Lui”.

14 Deci eu trebuie să-mi iubesc soţia ca pe propriul meu trup – pentru că, într-adevăr, ea este una cu mine. În fine, Biblia ne învaţă: „Bărbaţilor, iubiţi-vă nevestele şi nu ţineţi necaz pe ele”. 15

„Slujba numărul 1” a unui soţ este aceea de a-şi iubi soţia cu multă jertfire de sine – mai presus de locul său de muncă, mai presus de copii, de activităţile de recreaţie sau de hobby-uri. După relaţia noastră personală cu Dumnezeu, soţia noastră este „prioritatea numărul 1” a vieţii noastre. Este acest lucru ceva uşor? Deloc. Poate că uneori ni se va părea imposibil (şi chiar este imposibil, după puterea *noastră*). Însă această slujbă nu este pe măsura forţelor umane, ci pe măsura puterii lui Dumnezeu. Deoarece, pentru a o realiza, avem nevoie de dragostea supranaturală a lui Dumnezeu care se manifestă prin noi.

Am iubit-o ani de zile pe Barb folosind câteva dintre versetele din Scriptură care sunt cunoscute ca fiind de tipul „unul altuia” (sau „unul pe altul”) – şi este vorba de peste patruzeci de versete. Atunci când am înlocuit „unul pe altul” cu „Barb”, aceste versete ilustrează un standard foarte înalt pentru mine în ce priveşte felul de dragoste jertfitoare pe care trebuie să o manifest faţă de ea. Nu o fac întotdeauna cu desăvârşire, dar Tabelul 5 prezintă câteva din modalităţile prin care am ales să-mi arăt dragostea faţă de Barb.

Încurajare biblică	La ce am eu de lucrat
Trăieşte în pace cu Barb.16	Învăţ cum să comunic cu ea şi cum să o contrazic într-un mod agreabil.
Fii loial lui Barb.17	Ţin legătura cu ea în timpul zilei de lucru şi evit situaţiile în care aş rămâne singur cu o altă femeie.
Încurajeaz-o pe Barb.18	Găsesc o varietate de moduri prin care să-i transmit dragostea mea în fiecare zi – prin cuvinte sau

	îmbrăţişări.
Ajut-o pe Barb să crească.19	Găsesc moduri în care să o laud în fiecare zi pentru tot ce face pentru mine şi pentru copiii noştri.
Slujeşte-o pe Barb cu smerenie.20	Îi comunic dragostea mea găsind gesturi prin care să o slujesc în fiecare zi, cum ar fi să mă trezesc devreme în fiecare dimineaţă şi să-i fac cafeaua.
Cinsteşte-o pe Barb mai presus de tine.21	O vorbesc de bine în faţa altora şi învăţ să evit să o denigrez sau să o tachinez în public.
Salut-o pe Barb cu o sărutare sfântă.22	O sărut când mă trezesc, când plec de acasă, când ajung acasă şi la culcare.
Nu o întărâta niciodată pe Barb.23	Sunt atent la lucrurile care o supără pe Barb şi încerc să le evit pe cât posibil.
Iart-o pe Barb.24	Învăţ cum să iert şi să uit totodată. Când mă supăr sau mă cert cu Barb, mă străduiesc să nu amintesc alte probleme din trecut, să nu „devin istoric”.
Fii răbdător cu Barb.25	A trebuit să-mi ajustez aşteptările şi să le fac mai realiste. O iubesc prin faptul că am răbdare cu ea.
Fii îngăduitor cu Barb.26	Mă străduiesc să nu fiu grosolan cu ea.

Tabelul 5 – Versete cu tema „unul altuia”.

Pentru creierul feminin, dragostea înseamnă preocupare. Este subzistenţa femeii. Ea nu poate înflori cu adevărat fără dragoste. Nu poate străluci dacă tu nu i-o asiguri.

Ea trebuie să ofere un respect jertfitor

Creatorul creierului masculin ne clarifică în mod categoric rolul nostru important în calitate de soţii atunci când ne spune: *„Soţia să-şi respecte soţul”. 27 în timp ce Walt este îndrumat să mă iubească într-un mod jertfitor, eu trebuie să îl respect pe Walt în acelaşi mod. Potrivit felului în care ne-a conceput Dumnezeu, „slujba numărul 1” a unei soţii este aceea de a-şi respecta soţul. Acest lucru poate părea imposibil uneori*! *Şi totuşi el nu poate prospera fără respectul meu.*

Nevoia de respect şi nevoia de admiraţie sunt atât de importante pentru bărbaţi – mai ales din partea soţiei lor – atât de adânc înrădăcinată în firea lor, încât cei mai mulţi dintre ei ar alege oricând să fie mai degrabă neiubiţi, decât nerespectaţi şi neapreciaţi.28

Shaunti Feldhahn

Un bărbat este în aşa fel conceput încât să răspundă în mod pozitiv la respectul şi la admiraţia jertfitoare a soţiei lui, în acelaşi fel în care noi suntem concepute să răspundem la dragostea, la onoarea, la grija şi la preţuirea pe care ni le arată. Parte a planului divin pentru căsniciile fericite, împlinite şi satisfăcute este ca noi, soţiile, în semn de respect jertfitor, să îi încurajăm şi să-i ajutăm pe soţii noştri să îşi exercite rolul de lider în căsnicia noastră. Totuşi, aceasta nu este pe măsura forţelor umane, ci pe măsura puterii lui Dumnezeu. Este nevoie de dragostea supranaturală a lui Dumnezeu care să se manifeste în noi şi prin noi.

Am avut ocazia de a întâlni sute de femei puternice, capabile şi extrem de talentate. Dar o femeie care încearcă să-şi manifeste aceste trăsături dominându-şi soţul va sfârşi prin a-l alunga în cele din urmă. Dacă o femeie alege să conducă, să guverneze sau să comande în casă, n-ar

trebui să fie prea surprinsă să descopere într-o zi că tocmai l-a eliminat pe soţul ei din căsnicie.

Jessica este o prietenă apropiată de-a mea. Este o femeie puternică, atrăgătoare şi extrem de talentată. Are o educaţie aleasă şi are doi copii frumoşi. Orice ar fi în stare să facă un bărbat la locul ei de muncă, ea – cu toată seriozitatea – ar face mai bine. La o adică, acesta este modul în care ea a fost crescută – să fie puternică, să-şi croiască singură drumul, să-şi câştige respectul. Din nefericire pentru soţul ei, ea nu a fost în stare să înţeleagă cât de mare era nevoia înnăscută a ei şi a copiilor ei ca el să fie liderul în casă. Prin felul ei cicălitor, prin lipsa constantă de respect şi prin ridiculizările ei, el a fost redus la o umbră jalnică, abulică, ineficientă a soţului care ar fi putut fi pentru ea.

Pentru a menţine respectul pentru Walt ca o prioritate în căsnicia mea:

am ales să urmez, cu tot ce îmi stă în putinţă şi cu ajutorul lui Dumnezeu, planul lui Dumnezeu pentru mine şi pentru căsnicia mea.

am ales să-mi demonstrez forţa feminină şi talentul prin respectul pe care i-l arăt lui Walt şi prin încurajarea şi prin ajutorul pe care i le ofer ca el să poată fi liderul meu şi al copiilor mei.

am ales să-l urmez – şi să fac tot ce-mi stă în putinţă să-l las să devină pentru familia noastră acel lider care a fost plănuit de Dumnezeu să fie.

când sunt tentată să preiau conducerea în familia noastră, aleg să mă rog pentru Walt, pentru mine şi pentru căsnicia noastră.

am ales să-l vorbesc de bine când sunt cu prietenele mele.

am ales să fiu statornică în sprijinul pe care i-l ofer.

am ales să-l încurajez, să nu-l mai dezaprob şi să nu-l mai critic.

Cred că aceste alegeri fac căsnicia noastră mult mai puternică şi mai plină de satisfacţii.

Dragostea este grecească pentru mine

Biblia concentrează tot ceea ce spunem noi în acest capitol într-un singur verset: „Totuşi fiecare dintre voi trebuie să-şi iubească soţia ca pe sine însuşi, iar soţia să-şi respecte soţul”. 29 Atunci când apostolul Pavel le spune soţilor să-şi „iubească” soţia, el foloseşte verbul grecesc *agapad*. Acest verb este folosit în acest verset într-un sens continuu. Ar putea fi tradus prin: „iubiţi continuu”, „iubiţi fără contenire” sau „nu vă opriţi din a iubi” Creatorul recunoaşte nevoia pe care El a generat-o în creierul şi în inima fiecărei femei şi că această nevoie rămâne constantă pentru tot restul vieţii ei.

Cuvântul grecesc tradus prin „a respecta” este *phobeomai* care înseamnă „a fi copleşit de „sau „a avea un sentiment de reverenţă”. Asta înseamnă că femeile trebuie să îi privească cu un respect deosebit pe soţii lor şi, în acelaşi timp, să îi preţuiască.

„Dacă dragoste nu e, nimic nu e”.

Autorii greci au folosit câteva cuvinte diferite pentru a evidenţia diverse aspecte ale „dragostei”.

Storge descrie afecţiunea, în special între membrii familiei – cum ar fi dragostea unui părinte pentru un copil.

Obilandros descrie afecţiunea unei soţii pentru soţul ei. *Philoteknos* descrie afecţiunea unei mame pentru copiii ei.

Ew descrie dragostea romantică, pasională (dar poate însemna totodată dragoste erotică sau sexuală) – cum ar fi dragostea plină de dorinţă dintre un soţ şi soţia lui.

Phileo descrie o prietenie intimă, loialitate sau afecţiunea pentru familie sau prieteni foarte scumpi.

Agape (sau forma verbală agapao) este tipul de dragoste pe care Dumnezeu ne-o oferă şi dragostea pe care trebuie să i-o ofere un soţ soţiei sale. Înseamnă să iubeşti într-un mod jertfitor sau moral.

Teologul Avery Cardinal Dulles scrie: „*Eros* şi *agape* sunt înlănţuite ca două faze ale dragostei ideale. Dacă nu am fi primit, nu am avea nimic de oferit; iar dacă nu am fi dispuşi să dăruim, nu am fi pregătiţi pe plan spiritual

pentru a primi. În cea mai înaltă expresie a lor, aceste două tipuri de dragoste se consolidează reciproc". 30

Dumnezeu cunoaşte nevoile creierului soţului tău şi cunoaşte faptul că soţul tău este în aşa fel creat încât să reacţioneze la respectul şi la admiraţia ta, în special dacă i le arăţi prin intermediul unor acţiuni şi cuvinte. Cred că acest respect trebuie să fie la fel dejertfitor ca şi dragostea pe care Dumnezeu îi învaţă pe soţi să ne-o ofere.

De ce nu există niciun pasaj în Biblie în care soţia să fie îndemnată să-l agapad *pe soţul ei? Eu cred că acest lucru se datorează faptului că Domnul a creat femeia în aşa fel încât, în mod natural, iubeşte şi îngrijeşte cu dăruire de sine – la urma urmei, aşa am fost create. Sensibilitatea şi compasiunea sunt ambele parte a modului în care a fost creat creierul feminin. Creatorul nu trebuie să o îndemne pe femeie să facă ceea ce a fost creată să facă oricum.*

Însă Biblia le învaţă pe femeile mai în vârstă „să înveţe pe femeile mai tinere să-şi iubească [*philandros*] *bărbaţii şi să-şi iubească* [*philoteknos*] *copiii.*

Cum să ne iubim şi să ne respectăm unul pe celălalt

Atunci când vine vorba despre respect şi despre admiraţie, bărbaţii descriu în principal trei nevoi de bază:

1. Respectă-mi judecata.
2. Respectă-mi abilităţile.
3. Respectă-mă în public.32

Data viitoare când soţul tău se învârte din nou cu maşina în cerc, întreabă-te ce este mai important: să ajungeţi la timp la petrecere sau să simtă că te încrezi în el. Exact! 33

Shaunti Feldhahn

Când vine vorba despre dragoste, femeile descriu în principal cinci nevoi de bază:

1. Spune-mi că mă iubeşti prin faptul că-mi acorzi permanent atenţie.

2. Spune-mi că mă iubeşti prin faptul că mă priveşti mereu.

3. Spune-mi că mă iubeşti prin faptul că mă iei mereu

în braţe.

4. Spune-mi că mă iubeşti prin faptul că mă ajuţi mereu prin jurul casei şi cu copiii.

5. Spune-mi că mă iubeşti spunându-mi cât de frumoasă sunt în ochii tăi.34

Femeia devine frumoasă când ştie că este iubită […] dacă este ruptă de rădăcina iubirii, respinsă, dacă nimeni nu este interesat de ea, femeia se ofileşte ca o floare uitată şi neudată.35 Stasi Eldredge

Planul lui Dumnezeu este acela de a ne completa unul pe celălalt

Acum să nu ne înţelegeţi greşit, soţiile au nevoie de respectul şi de admiraţia soţilor lor. De fapt, Biblia ne spune: „Bărbaţilor, […] [daţi] cinste femeii”. 36

Iar bărbaţii au nevoie de multă dragoste şi afecţiune din partea soţiilor lor. De fapt, Biblia le spune femeilor „să-şi iubească [*philandros*] bărbaţii” 37. Dar nevoia primară şi de bază a creierului masculin este să reacţioneze la respectul şi la admiraţia ei.

Iar nevoia fundamentală a creierului femeii este aceea de a avea parte şi de a reacţiona la dragostea lui (*agape*).

Creierul şi hormonii unei soţii sunt creaţi pentru a reacţiona la dragostea soţului ei. Slujba mea ca soţ iubitor este aceea de a fi oglinda soţiei mele – de a-i arăta cât de minunată este ea în ochii mei şi ai Creatorului ei. Ştiu că ea tânjeşte să audă aceste lucruri nu doar în cuvinte, ci şi în gesturi romantice – flori, felicitări, telefoane, întâlniri, cine, timp petrecut împreună, ajutor oferit prin casă şi conversaţii.

Creierul soţului meu este creat să reacţioneze atunci când eu îi spun: „Te admir şi te respect. Am încredere în tine ca conducător al familiei noastre. Apreciez tot ce faci pentru mine şi pentru copiii noştri. Îţi mulţumesc pentru munca ta asiduă. Îţi mulţumesc pentru că mă faci să mă simt iubită”. El nu doar că are nevoie să audă din partea mea lucrurile acestea, dar reacţionează foarte puternic atunci când mă aude că spun şi altora aceste lucruri

despre el.

Îi face mare plăcere să fie respectat şi admirat. Când ştie că eu îl respect şi îl admir şi că apreciez faptul că îmi cunoaşte nevoile şi aşteptările, de obicei, el se va da peste cap ca să mă facă fericită. Şi cu cât el mă iubeşte mai mult, cu atât şi eu îl pot iubi mai mult pe el.

Şi-n plus, cu cât înţeleg mai bine felul în care este creat şi conceput Walt, cu atât îmi este mai uşor să-l înţeleg şi să-l fac fericit. Iar atunci când el simte respectul, încrederea şi admiraţia mea, el este pe deplin capabil să simtă dragostea profundă pe care i-o port. Şi atunci şi el doreşte să mă iubească în moduri mai practice, iar eu doresc să-l iubesc mai mult. Dragostea noastră este menită să se adâncească, să crească tot mai mult şi să devină mai minunată.

PARTEA 4

Creierul lui, *creierul ei*

Frumuseţea planului lui Dumnezeu

12

Creaţi pentru a fi una potrivit planului lui Dumnezeu

Cu cât învăţăm mai multe despre modul în care funcţionează creierul nostru, cu atât suntem mai uimiţi de cadoul minunat pe care Dumnezeu ni l-a oferit spre bucuria noastră în planul Său pentru căsătorie. Acum, că v-am împărtăşit câte ceva despre modul în care funcţionează creierul bărbatului şi cel al femeii, haideţi să ne întoarcem puţin la povestirea creaţiei şi să explorăm puţin mai în adâncime ceea ce ne descoperă Biblia cu privire la rolul Creatorului în crearea creierului masculin şi a celui feminin.

Biblia ne informează asupra modului în care a fost creat primul om, Adam: „Domnul Dumnezeu a făcut pe om din ţărâna pământului, i-a suflat în nări suflare de viaţă şi omul s-a făcut astfel un suflet viu”. 1 Termenul ebraic tradus prin „făcut” este *yatsar* care, literal, înseamnă „a frământa” sau „a modela”. Acest termen este folosit în mod obişnuit pentru a descrie ceea ce se întâmplă atunci când un olar făureşte o oală din lut sau un vas din pământ.

Învăţaţii evrei spun că acest termen ar putea fi tradus şi prin „a determina” sau prin „a da o formă, a alcătui, a confecţiona, a întocmi un obiect cu un scop” 2.

Biblia foloseşte un termen complet diferit pentru a descrie crearea primei femei: „Domnul Dumnezeu a făcut o femeie”. 3

Moise ne spune că Dumnezeu nu a creat femeia în acelaşi fel în care l-a creat pe bărbat. Dumnezeu nu a *yatsar* sau „format” femeia aşa cum s-a întâmplat în cazul bărbatului; ci El a *banah* femeia. Acest termen ebraic, tradus de obicei cu „făcut”, „zidit” sau „modelat” 4 descrie o construcţie complet diferită.

Banah înseamnă, literal şi figurat, a „concepe şi a construi într-un mod complex”. În alte pasaje scripturale, acest termen este folosit pentru a descrie construcţia complicată a Templului, a unui altar, a unei case sau a unei cetăţi. Este folosit pentru a descrie conceperea unui plan de acţiune şi construirea propriu-zisă a unor elemente complexe, cu totul aparte. De exemplu, meşterii au *banah* Templul lui Solomon.

Spre deosebire de bărbat, care a fost frământat sau format de mâna Creatorului, femeia a fost concepută după un plan unic şi făurită cu măiestrie. Bărbatul a fost *modelat* din ţărână, dar crearea femeii este comparată cu actul creaţiei, al proiectării şi al înălţării unor obiecte de artă arhitecturală şi a unor capodopere.

Această diferenţă a modului în care a fost creată femeia mă ajută să înţeleg de ce îl descrie Scriptura pe soţ ca fiind protectorul soţiei sale. Ea este foarte delicată, o piesă de artă foarte valoroasă. El este ambalajul din ţărână care a fost conceput pentru a o înveli şi pentru a o proteja – pentru a o feri de zgârieturi şi de ciobituri, de tăieturi sau abuzuri care i-ar distruge frumuseţea şi valoarea.

La fel ca lutul, bărbatul este iniţial frământat bine; la fel ca o operă de artă de valoare, femeia este concepută şi plăsmuită pentru frumuseţe, pentru stabilitate şi pentru durabilitate. El este mai bădăran şi mai practic; ea este un giuvaier, o cunună. Scriptura şi ştiinţa par ambele să

indice faptul că încă de la bun început, bărbatul şi femeia – creierul masculin şi cel feminin – au fost absolut diferiţi.

Ea este întregirea lui Adam

Moise ne spune că la sfârşitul fiecărei zile a creaţiei dinaintea creării omului, Dumnezeu se uita la tot ce făcuse şi toate îi păreau foarte bune.5 Dar după ce Dumnezeu l-a aşezat pe Adam în grădina Edenului, bărbatul era singur. Creatorul a observat acest lucru, iar Moise notează: „Domnul Dumnezeu a zis: «Nu este bine ca omul să fie singur; am să-i fac un ajutor potrivit pentru el.» „6

Un învăţat făcea următoarea observaţie: „Atunci când Dumnezeu a luat decizia de a crea o nouă făptură pentru ca bărbatul să nu mai fie singur, a hotărât să creeze «o forţă egală cu el», pe cineva a cărui forţă [emoţională, relaţională şi spirituală] să fie egală cu cea a bărbatului. Femeia nu a fost intenţionată să fie doar un simplu ajutor pentru bărbat. Ea a fost concepută, în schimb, să îi fie partener”. 7

Cei doi termeni ebraici care alcătuiesc expresia tradusă prin „ajutor potrivit” pot însemna totodată: „o pereche egală sau perfectă”, „o parte opusă cu care se îmbină perfect” sau „un ajutor care este desăvârşit pentru el” Uneori se folosesc termenii „tovarăş de viaţă” sau „consoartă”.

Substantivul folosit în majoritatea traducerilor moderne ca „ajutor” este termenul ebraic *ezer*. Poate avea sensul de „cineva care sprijină”. Cuvântul *a sprijini*, un termen arhaic, transmite ideea de „cineva care salvează din strâmtorare”, „cineva care scapă de la moarte”, „ajutor sau eliberare oferite în mijlocul pericolului” sau „cineva care oferă alinare”.

Acest cuvânt poate descrie acţiunea efectuată de cineva care oferă apă unei persoane care moare de sete. Descrie o persoană care pune un bandaj compresiv pe braţul unei persoane care sângerează, salvându-i astfel viaţa. Termenul evocă o noţiune complet diferită de ideea unui angajat sau a unei slugi în casă. Deoarece termenul din limba română *ajutor* poate transmite atât de multe idei

diferite, există posibilitatea de a nu reuşi să transmită sensul real al termenului ebraic *ezer*.

Termenul ebraic nu sugerează rolul de subordonare pe care îl poate sugera termenul *ajutor*.

Departe de a fi o subalternă sau o slugă umilă, femeia este practic descrisă ca fiind salvatoarea bărbatului – cineva care îl eliberează de lanţurile singurătăţii, de ineficienţa şi ineficacitatea unei vieţi şi a unei activităţi de unul singur. Acest lucru reprezintă o declaraţie uimitoare. De ce? în afara acestui pasaj, termenul *ezer* este folosit în Biblie pentru a descrie doar lucrarea lui Dumnezeu însuşi! Dumnezeu este sprijinul, *ezer* sau ajutorul lui Israel în vreme de necaz. El este „ajutorul", *ezerul*, care face pentru copiii Săi ceea ce noi nu putem face singuri pentru noi înşine – Cel care ne satisface nevoile.

Un comentariu subliniază următorul lucru: „În acest context, cuvântul pare să exprime ideea unui «tovarăş indispensabil». Femeia devine cea care suplineşte ceea ce-i lipseşte bărbatului în modelul creaţiei lui şi, în mod logic, ar însemna să tragem concluzia că bărbatul ar trebui să suplinească ceea ce îi lipseşte ei, deşi în acest pasaj nu ni se spune aşa ceva". 8 Nu trebuie să ne grăbim să considerăm că Creatorul a făcut o greşeală – nicidecum! Ci mai degrabă trebuie să înţelegem că El a pus în bărbat şi în femeie o nevoie înnăscută după celălalt. Ea este cadoul Tatălui nostru pe care El l-a proiectat şi l-a făurit în mod perfect pentru bărbat – perechea noastră perfectă.

Femeia ca ajutor al bărbatului, aşa cum ne este revelată în limba originală pe care a folosit-o Moise, este soţia care îl completează pe deplin pe soţul ei. Ea este cea care a fost proiectată şi creată pentru a-i aduce „salvare" din singurătatea lui, să-l protejeze de punctele lui slabe şi să-l întărească în domenii în care el este slab.

Trebuie, de asemenea, să acordăm o atenţie specială cuvântului tradus prin „potrivit", termenul ebraic *neged*. *Neged* poate fi tradus în mod literal ca „ceva ce se află în faţa lui" sau, mai exact, „o parte opusă; specific, o pereche sau un tovarăş" *Neged* (sau *fenegdo*) înseamnă, literal

„potrivit şi exact opus lui” Traducerile care folosesc cuvinte precum „potrivit” sau „adecvat”, „pereche” sau „corespunzător” par să surprindă în mod corect ideea.

Mulţi evrei, atât din trecut cât şi din prezent, consideră singurătatea drept o negare a vieţii autentice. Pentru ei, viaţa adevărată nu este individuală, ci colectivă şi socială […] Termenul ebraic tradus prin „singur” [„nu este bine ca omul să fie singur”] este încărcat de un anume sens al separării şi chiar al alienării […] înţelepciunea ebraică consideră că oamenii trăiesc doar în măsura în care sunt în relaţie în cadrul anturajului lor cu oameni cu care îşi împărtăşesc viaţa şi dragostea.9 Samuel Terrien

Imaginea ilustrată aici este aceea că femeia nu este creată pentru a fi în spatele şi nici chiar alături de bărbatul ei. Ci, mai degrabă, ne este prezentată ca fiind înaintea lui, faţă în faţă cu el. Ea şi el se îmbină în mod perfect. Ea este un aliat, un complice şi un tovarăş care i se potriveşte de minune. Dar, aşa cum îi este caracteristic, Dumnezeu nu-l sileşte pe Adam să o accepte. La urma urmei, El a creat bărbatul şi ştie că el trebuie să ajungă singur la această concluzie. Aşa că Domnul Dumnezeu aşteaptă cu răbdare până în momentul când Adam îşi dă singur seama de cât de mare este nevoia pe care o are: „Şi omul a pus nume tuturor vitelor, păsărilor cerului şi tuturor fiarelor câmpului; dar, pentru om, nu s-a găsit niciun ajutor care să i se potrivească”. 10

În toată creaţia, Adam nu şi-a găsit propriul *ezer neged*. Aşa că „Dumnezeu a trimis un somn adânc peste om şi omul a adormit. Domnul Dumnezeu a luat una dintre coastele lui şi a închis carnea la locul ei. Din coasta pe care o luase din om, Domnul Dumnezeu a făcut o femeie şi a adus-o la om” 11.

Acest raport divin despre creaţie, cu un limbaj poetic minunat şi ales cu mare grijă, ne prezintă creaţia femeii ca o fiinţă plăsmuită pentru a se potrivi perfect cu bărbatul ei. Ea este acordată după el şi este înzestrată în aşa fel încât punctele ei tari să-i completeze slăbiciunile lui, iar viziunea ei să-i completeze punctele slabe. Nici nu e de mirare că

atunci când l-a privit pe bărbat, Creatorul a spus: „Nu este bine ca omul să fie singur”. 12

Povestea aceasta nu prezintă femeia doar ca cea care-l eliberează pe bărbat din pustiul alienării şi al singurătăţii, ci descrie în mod subtil întreaga relaţie potenţială dintre un bărbat şi o femeie care poate fi manifestată doar în cadrul unei relaţii jertfitoare pe viaţă – ceea ce Scriptura avea să numească mai târziu căsătorie.

Vai de mine şi de mine!

Dumnezeu a creat şi i-a oferit lui Adam exact ceea ce-i trebuia acestuia încă înainte ca Adam să-şi înţeleagă pe deplin această nevoie. După ce a creat-o, „Domnul Dumnezeu […] a adus-o la om”. 13

Adam, când a dat cu ochii pentru întâia oară de formele rotunjite şi de splendoarea femeii nude, a rămas gură-cască. Este făcut praf! I s-a tăiat răsuflarea. Parafrazarea în stil Larimore a cuvintelor rostite de Adam sună cam aşa:

Uau! Vai de mine şi de mine! Exact la ţanc! Această capodoperă feminină şi sexy este absolut extraordinară! Această fiinţă specială este perechea mea, ea este o parte din mine, ea mă completează – ea e tare acolo unde eu sunt slab şi slabă acolo unde eu sunt puternic. Perechea mea! Perechea mea perfectă!

Însă traducerile obişnuite sunt ceva mai seci: „Şi omul a zis: «Iată în sfârşit aceea care este os din oasele mele şi carne din carnea mea!» „14

Expresiile „os din oasele mele” şi „carne din carnea mea” nu se referă la femeie ca la o creatură de rang secundar extrasă din una de prim rang, ci una aflată într-o relaţie totală şi desăvârşită cu prima creaţie. „Os” şi „came” transmit o gamă largă de trăsături umane ce se întind de la forţa osului la moliciunea cărnii – o combinaţie complexă atât a forţei, cât şi a slăbiciunii, a unor atribute puternice şi a altora mai slabe, în fiecare sex.

După cum vă daţi seama, oasele fără came (tendoane, nervi şi muşchi) sunt la fel de inutile ca şi carnea fără oase. Modul în care sunt proiectate oasele şi

muşchii, soţul şi soţia, este că ei sunt mai puternici şi mai eficienţi împreună decât luaţi separat. Modul divin în care suntem concepuţi este acela că un bărbat şi o femeie, uniţi prin legătura căsătoriei, lucrând împreună, sunt părţi egale, dar complementare ale unui întreg uimitor şi puternic în mod potenţial.

Adam devine soţ

Adam continuă să exclame: „Ea se va numi «femeie», pentru că a fost luată din om”. 15 Limbajul folosit de Adam ia o turnură semnificativă, pe care limbajul actual nu reuşeşte să îl surprindă. Până în acest moment al relatării creaţiei, „omul” sau „fiinţa umană” (în ebraică *Adam*) care fusese singur şi incomplet este acum descris drept ceea ce eu numesc „un bărbat adevărat”.

În ebraică, Adam este acum numit *iysh* (se pronunţă „îs”) – un termen care descrie un bărbat cu câteva atribuţii foarte specifice. El acceptă acum rolul de soţ, de pereche, de partener, de protector şi de întreţinător pentru cea care a fost creată cu intenţia de a-i fi cea mai de preţ şi mai scumpă comoară – femeia lui – numită acum în ebraică *ishah*.

Moise ne spune într-un mod foarte inteligent modul în care bărbaţii şi femeile sunt creaţi spre a fi diferiţi în mod încântător şi complementar şi totodată să fie un singur trup. Acest lucru este posibil doar în căsătorie – o relaţie instituită în mod divin între un bărbat şi o femeie bazată pe un scop, pe interacţiune şi pe împărtăşire. Femeia a fost creată pentru a-l salva pe bărbat din singurătatea şi din starea lui incompletă. Ea a fost proiectată cu atenţie pentru a-i răspunde şi pentru a stârni o reacţie în el.

De aceea credem că a făcut-o Dumnezeu pe femeie într-un mod diferit de modul în care l-a făcut pe bărbat. El i-a proiectat pe bărbat şi pe femeie încântător de diferiţi şi într-o manieră diferită în aşa fel încât ei să se poată completa, să se poată potrivi şi întări unul pe celălalt. Fără femeie, bărbatul nu a fost, nu este şi nu va fi în întregime ceea ce poate fi.

Această povestire biblică de demult este fără exagerare la fel de proaspătă ca şi ştiinţa din zilele noastre. Ne prezintă atât monogamia ideală, cât şi idealul monogamiei – imaginea unui bărbat şi a unei femei uniţi împreună ca un singur trup – ca soţ şi soţie.

Lasă şi lipeşte-te

Moise îşi continuă relatarea despre creaţie făcând o declaraţie care trebuie să fi fost foarte controversată în ochii oamenilor din vremea lui: „De aceea va lăsa omul pe tatăl său şi pe mama sa şi se va lipi de nevasta sa şi se vor face un singur trup”. 16

În cultura antică din Orientul Apropiat, cea mai sfântă obligaţie era să-ţi cinsteşti tatăl şi mama. În ciuda acestui lucru, porunca fără echivoc a Creatorului este ca un bărbat căsătorit să îi fie loial, mai presus de toate, soţiei lui.

Mai mult, limbajul folosit de Moise este foarte limpede în sensul că un bărbat trebuie să facă mai mult decât doar să-şi *lase* părinţii. Termenul ebraic tradus cu „a lăsa” înseamnă, de fapt, că el trebuie să-şi „abandoneze”, să-şi „părăsească” tatăl şi mama în favoarea soţiei lui. Datoria lui se transferă din contextul părintesc în contextul marital, creionând scena următoarei idei, că „se va lipi de nevasta sa şi se vor face un singur trup” Mesajul nu putea fi mai clar: un bărbat nu se poate „lipi” şi de părinţii săi – mai ales de mama sa – şi de soţia sa. Fiecare băiat trebuie să-şi părăsească mămica, din punct de vedere psihologic, pentru a deveni bărbat. Acest proces este stimulat de testosteronul şi de vasopresina din sângele unui băiat, dar trebuie să fie încurajat şi facilitat atât de mama sa, *cât şi* de tatăl său.

O căsnicie sănătoasă trebuie să îmbine cu mare grijă tendinţa biologică a creierului masculin de independenţă şi de încredere în forţele sale proprii cu copleşitoarea tendinţă biologică a creierului feminin de legătură şi de ataşament. Dar este mult mai dificil de atins acest echilibru dacă separarea mamă-fiu/ tată-fiică nu este completă. La cina din ziua dinaintea nunţii, Barb a ilustrat

în mod practic nevoia fiului nostru Scott şi a logodnicii lui, Jennifer, de a părăsi şi de a se lipi.

Înainte ca eu şi Walt să ne ridicăm în picioare pentru a ne prezenta discursurile şi toastul tânărului cuplu, eu mi-am pus un şorţ şi i-am explicat lui Scott, lui Jennifer şi invitaţilor noştri că m-am rugat pentru Scott şi pentru viitoarea lui soţie – şi pentru ziua când el avea să se desprindă de mine şi să se lipească de ea.

M-am întors spre Scott şi i-am spus că de-acum înainte eu nu mai aveam să-i fiu confidentă sau prietena cea mai bună de acasă; aceasta era de-acum treaba lui Jennifer. Apoi, mi-am vârât mâna în buzunarul şorţului şi am scos o foarfecă mare şi i-am oferit-o lui Walt. El mi-a tăiat cordonul şorţului şi mi l-a dat. Eu i l-am întins lui Jennifer, spunându-i:

— Jennifer, îţi ofer cordonul şorţului meu-şi ţi-l ofer pe fiul meu.

În timp ce Jennifer şi Barb se îmbrăţişau, vă pot spune că au fost câţiva ochii înlăcrimaţi în încăpere – mai ales ai mei. Nu ştiu să fi fost vreodată mai recunoscător pentru înţelepciunea soţiei mele.

„A se lipi" sau „a se uni" înseamnă nu doar începutul unui nou legământ, dar şi păstrarea acelui legământ. Înseamnă nu doar „să te prinzi de „sau „să aderi la", ci „să te lipeşti definitiv" Termenul ebraic pentru „un singur trup" indică faptul că a deveni un singur trup este un proces al dezvoltării fizice, emoţionale, relaţionale şi spirituale care se adânceşte în intensitate şi se întăreşte odată cu trecerea timpului.

Şi, pe măsură ce noi ne întărim legăturile unul cu celălalt, dorim, de asemenea, şi să ne întărim legăturile cu Dumnezeu, împăratul Solomon a făcut această afirmaţie impresionantă:

„Mai bine doi decât unul, căci iau o plată cu atât mai bună pentru munca lor.

Căci, dacă se întâmplă să cadă, se ridică unul pe altul;

dar vai de cine este singur şi cade, fără să aibă pe

altul care să-l ridice!

Tot aşa, dacă se culcă doi împreună, se încălzesc unul pe altul; dar cum are să se încălzească dacă e singur?

Şi dacă se scoală cineva asupra unuia, doi pot să-i stea împotrivă;

şi funia împletită în trei nu se rupe uşor". 17

Întotdeauna am considerat că Dumnezeu este cel de-al treilea fir din funia căsniciei noastre. Căsătoria, în forma ei cea mai bună, aşa cum a fost ea intenţionată de Creator, nu este doar o armonizare a creierului masculin cu cel feminin – ci a creierului masculin cu cel feminin *şi* cu cel al Creatorului. O funie împletită în trei nu se poate rupe uşor.

Dar această funie este uşor de întins; Dumnezeu este puterea şi stabilitatea căsniciei noastre. Faptul că ne încredem puternic în El pentru a ne călăuzi pe noi şi familia noastră ne asigură un sens trainic, un fundament puternic, o direcţie şi un sprijin solid şi o speranţă eternă. În vremuri în care trecem prin conflicte (da, şi noi am avut parte de multe asemenea momente), am descoperit că este crucial să ne păstrăm privirile şi speranţa în Dumnezeu şi în planul Său divin pentru fiecare dintre noi şi pentru căsnicia noastră – pentru a ne elibera de convingerile noastre egoiste şi a ne conduce spre binecuvântarea puterii, a siguranţei şi a satisfacţiei care pot fi obţinute doar prin recunoaşterea şi prin respectarea planului Său ca fiind spre binele nostru. Am descoperit că rezultatul inevitabil al faptului că un bărbat şi o femeie se apropie mai mult de Dumnezeu este acela că ei se vor apropia mai mult şi unul de celălalt.

13

Preţuieşte, cinsteşte şi îngrijeşte potrivit planului lui Dumnezeu

Unul din personajele mele preferate din Biblie este Petru. Am multe din trăsăturile lui temperamentale, mai ales în ce priveşte punctele lui slabe şi defectele.

Cu toate că adesea este prezentat drept ţâfnos şi nesăbuit, eu cred că Petru dă dovadă de o înţelegere supranaturală a femeilor în scrierile sale.

În prima sa epistolă, Petru scrie: „Bărbaţilor, […] [daţi] cinste femeii” 1 sau, cum spune o altă versiune: „Soţilor, […] trataţi-le cu respect [pe soţiile voastre]”. 2 Termenul grecesc care este tradus cu „cinste” sau „respect” înseamnă „a preţui”, „a pune mare preţ” şi „a adora” Termenul descrie o acţiune care presupune ca soţul să-şi stimeze soţia în cel mai înalt grad – ca pe cineva care este valoros sau nepreţuit.

Acest cuvânt nu descrie o emoţie; este un termen care denotă o acţiune. Vom dezvolta sentimente mai puternice pentru tot ceea ce preţuim. Studiile psihologice demonstrează că atunci când o persoană ia decizia de a cinsti sau de a preţui un lucru, sentimentele lui sau ale ei încep să se schimbe în decurs de şase săptămâni. Cu alte cuvinte, se întâmplă ceva pe plan emoţional cu un bărbat în timp ce el îşi preţuieşte şi îşi stimează continuu soţia. Însuşi actul de preţuire şi de stimare îi modifică sentimentele.

Acolo unde este plăcerea ta, se găseşte şi comoara ta: unde este comoara ta, acolo îţi este inima; şi unde este inima ta, acolo îţi este fericirea.3

Augustin în mod misterios şi concomitent, şi cu o femeie se întâmplă ceva măreţ atunci când un bărbat o apreciază şi o stimează. Cred că acesta este motivul pentru care Petru le porunceşte bărbaţilor să-şi cinstească soţiile.

Femeia, un vas foarte special

Dar Petru nu spune doar atât. „Bărbaţilor, purtaţi-vă şi voi, la rândul vostru, cu înţelepciune cu nevestele voastre, dând cinste femeii ca unui vas mai slab”. 4 Termenul grecesc tradus de obicei cu „mai slab” este considerat de experţii în limba greacă drept fiind destul de dificil de tradus în limba română. Literal, cuvântul grecesc *asthenes* poate descrie pe cineva care este lipsit de putere, plăpând, bolnăvicios sau infirm – cineva care este bolnav, neputincios sau slab.5

Cu toate că Barb şi cu mine nu suntem teologi, amândoi simţim în inima noastră că un bărbat ca Petru sau, cel puţin aşa cum îl vedem noi, nu le-ar cere

bărbaţilor să cinstească sau să preţuiască slăbiciunea. În plus, acest lucru a fost o adevărată enigmă pentru mine. Cum puteam cinsti şi preţui ceva plăpând? Pur şi simplu nu avea nicio logică pentru mine.

Într-o zi mă găseam în foaierul medicilor din spitalul nostru local şi serveam o ceaşcă de cafea împreună cu Peter, un prieten psihiatru care crescuse în Grecia. Peter era expertul meu local în limbă greacă, aşa că l-am întrebat cum ar interpreta el cuvântul grecesc *asthenes*. În timp ce îmi explica diferitele sensuri ale cuvântului, am fost plăcut surprins să constat că termenul acesta avea un înţeles mult mai bogat şi mai profund. El mi-a spus că acest termen putea fi folosit pentru a descrie:

cel mai fin, mai delicat şi mai scump cristal şi porţelan chinezesc un obiect de artă dintre cele mai fragile şi mai preţioase cea mai valoroasă şi mai deosebită bijuterie

A continuat să-mi spună că termenul este folosit pentru a descrie un cadou drăguţ, delicat, luxos, diafan, rafinat, dar extrem de rar şi de drag.

Măi băieţi, eu unul n-aş spune că un Porsche din 1957 este „slab”. Nu aş spune că *Mona Lisa* este „un lucru slab”. Aceste două obiecte ar fi descrise drept *asthenes* – opere nepreţuite de o artă excepţională, comori care au o importanţă, o semnificaţie şi o valoare imense şi incredibile. Aceste opere de artă sunt create, intenţionate şi lucrate de mână pentru a fi apreciate, îndrăgite şi dorite; pentru a fi preţuite, stimate şi cinstite; pentru a fi respectate şi protejate; pentru a fi ocrotite, ferite şi preamărite; pentru a fi lăudate, promovate şi puse în lumina reflectoarelor; pentru a fi lustruite, expuse şi adorate.

Uau! Petru spune că Dumnezeu a plăsmuit şi a oferit fiecărui soţ o comoară nepreţuită şi delicată – soţia lui – pentru ca el să o preţuiască, să o stimeze şi să o îngrijească. Dacă eşti căsătorit, Dumnezeu ţi-a oferit un partener pe care l-a pregătit şi l-a conceput special pentru tine – o femeie de o valoare de nedescris, de neconceput,

inestimabilă şi incredibilă. Şi, băieţi, proprietarul galeriei de artă – Tatăl nostru din ceruri – ne consideră responsabili de îngrijirea soţiilor noastre. El consideră că suntem responsabili să le iubim şi să o facem din toată inima noastră.

Bărbaţilor – îngrijiţi-vă şi preţuiţi-vă soţiile

Responsabilităţile unui bărbat în ce priveşte comoara pe care i-a oferit-o Dumnezeu în soţia lui nu se reduc la a o iubi şi la a-i purta de grijă. Pavel continuă să transmită în Epistola către efeseni cuvintele inspirate de Dumnezeu despre echilibrul între viaţa de credinţă şi cea de familie, şi anume că noi, soţii, nu trebuie doar să ne iubim (*agapad*) soţiile, dar şi să le „hrănim şi să le îngrijim cu drag, ca şi Hristos Biserica” 6. Termenul grecesc tradus prin „a hrăni” este tradus, de asemenea, prin „a îngriji” în alte versiuni. Acesta ne oferă o imagine superbă a unei alte responsabilităţi pe care o avem, aceea de a ne cinsti soţiile. Termenul grecesc este *ektrephd* şi înseamnă „a creşte până la maturitate”, „a educa”, „a creşte” sau „a hrăni, a îngriji”.

Doreşti să ştii cum să-ţi îngrijeşti soţia? Mai devreme ne refeream la acele versete care conţin sintagma „unul altuia” ca la o cale pe care o putem folosi spre a ne demonstra dragostea unuia pentru celălalt. Totuşi, unele dintre aceste instrucţiuni de tipul „unul altuia” le oferă soţilor unele indicii asupra modului în care ne putem îngriji soţiile. Bărbatul înţelept le va căuta, le va studia şi le va pune în practică. Cel puţin trei dintre aceste versete au de-a face cu genul de hrănire spirituală pe care o pretinde Pavel:

„Sfătuiţi-vă [soţiile]”. 7 „învăţaţi-vă [soţiile]”. 8 „Vorbiţi [cu soţiile voastre] cu psalmi, cu cântări de laudă şi cu cântări duhovniceşti şi cântaţi şi aduceţi din toată inima laudă Domnului”. 9

Nu păstorul are rolul de a fi învăţătorul spiritual principal al familiei noastre. Nouă, soţilor, ne este dat acest privilegiu şi această responsabilitate extraordinară – de a-i hrăni şi de a-i îngriji nu doar pe soţiile, ci şi pe

copiii.10 În familia noastră, aceasta înseamnă că, în diferite perioade, eu şi Barb am studiat împreună Biblia, o carte devoţională sau o carte de dezvoltare personală. Am fost liderul unui grup mic la noi acasă. Am folosit timpul de la cină pentru a discuta anumite principii biblice. Şi înseamnă că au existat mereu momente în care ne-am închinat împreună ca familie acasă, dar şi că ne-am implicat în închinare împreună, ca familie, în cadrul bisericii.

Conducerea spirituală a lui Walt în casa noastră nu doar că a permis familiei noastre să înveţe şi să pună în aplicare principii biblice, dar mi-a oferit totodată bucuria de a-i vedea pe copiii mei răspunzând în mod pozitiv la sfaturile şi la învăţătura oferită de tatăl lor. Ce descărcare de ocitocină! în plus, m-a făcut să mă simt nu doar hrănită de el din punct de vedere spiritual, dar şi iubită într-un mod foarte tangibil.

Pavel, în continuare, ne transmite o altă responsabilitate conjugală: de a ne „preţui" soţiile. Cuvântul grecesc tradus de obicei prin „a preţui" este *thalpo* care, literal, înseamnă „a cloci" sau „a păstra la cald" 11.

Unii mai superficiali ar putea crede că „clocitul" înseamnă „a cugeta adânc" sau „a fi deprimat" Dar cuvântul este la origine un termen agricol folosit pentru a descrie o pasăre care stă pe ouă pentru a le incuba în timp ce cresc, se maturizează şi se dezvoltă. Este folosit, de asemenea, pentru a descrie acţiunea unei păsări adulte care-şi protejează puii trăgându-i la pieptul ei moale, cald şi pufos şi acoperindu-i cu aripile ei protectoare. De fapt, într-un psalm care descrie siguranţa pe care o asigură Dumnezeu, psalmistul foloseşte tot o imagine a clocitului: „El te va acoperi cu penele Lui şi te vei ascunde sub aripile Lui". 12 Clocitul este un mod jertfitor şi plin de dragoste prin care ne protejăm puii scumpi de tot ce le este potrivnic. Este o imagine splendidă a dragostei unui soţ care-l face să îşi îngrijească soţia, cadoul preţios pe care i l-a oferit Dumnezeu.

Noi, soţii, trebuie să luăm în serios îndemnurile pe care ni le oferă atât Petru, cât şi Pavel de a le cinsti, de a le preţui şi de a le îngriji soţiile. De fapt, Petru îşi continuă învăţătura cu un avertisment nemaipomenit: „Bărbaţilor, purtaţi-vă şi voi, la rândul vostru, cu înţelepciune cu nevestele voastre, dând cinste femeii ca unui vas mai slab, ca unele care vor moşteni împreună cu voi harul vieţii, ca să nu fie împiedicate rugăciunile voastre”. 13

Să o cinstesc, să o respect şi să am grijă de Barb este o misiune şi o chemare atât de importantă, încât dacă eu, ca soţ al ei, aleg să nu fac aşa, Petru îmi spune că rugăciunile mele vor fi împiedicate. Se pare că Dumnezeu nu vrea să uit niciodată că m-a binecuvântat cu un cadou extraordinar atunci când mi-a dăruit-o pe soţia mea. Dacă îmi doresc ca relaţia mea cu Dumnezeu să fie tot ceea ce a intenţionat El să fie, trebuie să cinstesc, să preţuiesc şi să respect cadoul pe care El l-a conceput special pentru mine.

Cutia căsniciei

Eu şi Barb am învăţat că un soţ trebuie să o preţuiască, să o cinstească şi să o îngrijească pe soţia lui, iar o soţie trebuie să-l respecte şi să-l admire pe soţul ei. Acest lucru este atât de important pentru o căsnicie sănătoasă, încât noi le oferim prietenilor noştri care se căsătoresc o cutie foarte frumoasă şi goală. Înăuntru punem această colecţie de sfaturi înţelepte pe care am adaptat-o după scrierile lui J. Allan Petersen.14 (Vezi pagina următoare.)

Noi nu putem face acest lucru de unii singuri. Avem nevoie de ajutorul, de sprijinul, de încurajarea şi de îndemnul celuilalt. Totuşi, mai mult decât orice, avem nevoie de ajutorul lui Dumnezeu. Pe măsură ce fiecare dintre noi caută să se apropie mai mult de El, ne vom trezi că ne apropiem tot mai mult unul de celălalt – într-o relaţie apropiată pe care nimeni nu o poate strica şi având o cutie a căsniciei plină până la refuz.

Noi îi încurajăm pe cei căsătoriţi să-şi umple în fiecare zi „cutia căsniciei” cu acele versete de tipul „unul altuia” Daţi-mi voie să vă reamintesc, băieţi, să o iubiţi, să

o preţuiţi şi să o îngrijiţi pe soţia voastră. Daţi-mi voie să vă reamintesc, soţiilor, să îl respectaţi şi să îl admiraţi pe soţul vostru. Să vă fie o permanentă aducere-aminte faptul că mariajul vostru poate fi, prin harul lui Dumnezeu şi prin dedicarea voastră, tot ceea ce a intenţionat Dumnezeu să fie.

Majoritatea oamenilor se căsătoresc crezând un mit, şi anume că mariajul este o cutie frumoasă plină de lucrurile după care am tânjit: companie, satisfacere sexuală, intimitate, prietenie. Şi că, nu se ştie cum, cutia aceasta rămâne în mod misterios permanent plină de toate bunătăţile acestea.

Noi credem că certificatul de căsătorie este cheia care descuie această cutie. Putem lua din ea oricât de mult am vrea şi, nu se ştie cum, în mod misterios ea rămâne permanent plină.

Adevărul este că mariajul, la început, este o cutie goală. Trebuie să pui ceva în ea înainte de a putea lua ceva din ea. Dacă nu pui în cutie mai mult decât scoţi, într-o bună zi o s-o găseşti goală.

Nu există dragoste în căsătorie; dragostea este în oameni, iar oamenii sunt cei care o aduc în căsătorie.

După căsătorie, începem să ne golim cutia, crezând că partenerul nostru o va umple la loc. Dar acest lucru nu se întâmplă, cel puţin nu pentru multă vreme. Cutia se goleşte, apar dezamăgirile, iar relaţia începe să lâncezească.

Când cutia se goleşte, devenim vulnerabili în faţa unei relaţii extraconjugale sau a unui divorţ.

Un cuplu trebuie să înveţe arta şi să-şi facă obiceiul de a dărui, de a iubi, de a sluji, de a lăuda – de a păstra cutia plină. Dacă scoţi din cutie mai mult decât pui în ea, într-o bună zi te vei trezi că cutia s-a golit.

Dragostea este ceva ce faci – o activitate orientată spre partenerul tău de viaţă. Este nevoie de doi pentru a păstra cutia mereu plină.

O ultimă aducere-aminte

Căsniciile fericite şi împlinite sunt acelea în care

soţul şi soţia sunt mulţumiţi şi se simt confortabil şi lucrează neîncetat la relaţia lor. Noi credem că lucrarea de zidire a unei căsnicii este mai uşoară atunci când înţelegem planul divin pentru căsătorie şi diferenţele înnăscute şi încântătoare dintre creierul bărbatului şi creierul femeii. Aceste diferenţe ne atrag unul spre celălalt, dar, dacă nu suntem atenţi, ne pot şi îndepărta unul de celălalt.

Însă diferenţele noastre nu trebuie să ne despartă. Îmi place perspectiva pe care a exprimat-o cântăreţul de muzică rock Van Halen când a fost întrebat cu privire la diferenţele existente între membrii formaţiei sale: „Mda, avem diferenţele noastre, dar pe acelea le-am pus deoparte, iar acum facem muzică. E extraordinar!” 15

Exact! Bărbaţii şi femeile sunt diferiţi! Rugăciunea noastră a fost şi continuă să fie ca această carte să vă ajute să recunoaşteţi deosebirile, neconcordanţele, divergenţele, discrepanţele şi distincţiile dintre creierul masculin şi cel feminin – să le priviţi ca elemente făurite de Creator, iar apoi să treceţi la a face o muzică încântătoare împreună, în calitate de cuplu căsătorit.

Dorinţa noastră a fost aceea de a explora diferenţele fundamentale dintre creierul masculin şi cel feminin într-un mod care să îi ajute pe soţi şi pe soţiile lor să înţeleagă motivul pentru care relaţiile dintre cele două sexe pot fi generatoare de furie şi de frustrare. John Gray, autorul cărţii *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile de pe Venus*, observă: „Când bărbaţii şi femeile sunt în stare să se respecte şi să-şi accepte deosebirile, atunci dragostea are şanse să înflorească”. 16 Noi am adăuga faptul că, atunci când soţii şi soţiile înţeleg diferenţele dintre biologia şi biochimia creierului lor, vor putea vedea şi înţelege mult mai limpede modul în care au fost concepuţi cu scopul de a deveni una.

Sperăm ca aceia dintre voi care vor alege această carte pentru a-l manipula, pentru a-l dirija sau pentru a-l schimba pe partener vor înţelege că le scapă tocmai trăsătura fundamentală a planului divin pentru căsătorie.

Iar noi sperăm ca aceia, în special femeile, care poate s-au temut de îndemnul nostru pe care-l adresăm cuplurilor de a descoperi şi de a trăi în concordanţă cu diferenţele noastre biologice şi concepute de Dumnezeu vor înţelege că aceasta nu le condamnă pe femei la adoptarea rolurilor „tradiţionale”. Mai degrabă, convingerea noastră este că planul lui Dumnezeu pentru creierul masculin şi cel feminin şi planul Lui pentru căsătorie, de fapt, ne eliberează pentru a fi exact cei care ne-a creat Dumnezeu să fim.

Noi singuri, prin forţele proprii, nu prea avem şanse să avem cea mai bună căsnicie posibilă. Secretul succesului când vine vorba despre fericirea şi satisfacţia conjugale este să acceptăm planul şi ajutorul Creatorului nostru care ne-a conceput, ne-a plăsmuit şi care, practic, a instituit căsătoria.

Biblia ne spune că noi suntem îngrozitor de defectuoşi şi de egoişti în esenţa noastră. Inima noastră este „nespus de înşelătoare şi de deznădăjduit de rea. Cine poate s-o cunoască?” 17 Totuşi, Biblia ne spune, în acelaşi timp, că Creatorul nostru doreşte să ne schimbe pe noi şi căsniciile noastre. Dumnezeu declară: „Vă voi da o inimă nouă şi voi pune în voi un duh nou; voi scoate din trupul vostru inima de piatră şi vă voi da o inimă de came. Voi pune Duhul Meu în voi şi vă voi face să urmaţi poruncile Mele şi să păziţi şi să împliniţi legile Mele […] veţi fi poporul Meu şi Eu voi fi Dumnezeul vostru”. 18

Modelul lui Dumnezeu – interacţiunea fascinantă dintre creierul masculin şi cel feminin iubindu-se şi respectându-se unul pe celălalt şi devenind una – acesta este singurul model prin care un bărbat şi o femeie pot ajunge să aibă o viaţă şi o căsnicie care să fie îmbelşugate şi pe deplin satisfăcătoare. Planul Creatorului este următorul: creierul meu să o iubească, să o cinstească, să o îngrijească şi să o preţuiască cu adevărat pe Barb…

Iar creierul meu este conceput astfel încât să-l respect, să-l admir şi să-l încurajez cu adevărat pe Walt…

Ca ea să fie pe deplin femeie.

Iar el să fie pe deplin bărbat.

Surse bibliografice

Introducere

1. Katharine Hepburn, *Brainy Quote*: www.*brainyquote.com*/*quotes*/*quotes*/*kZkatharinehl00498.html*, 12 aprilie, 2007.

Capitolul 1: Concepuţi de Dumnezeu în moduri diferite

1. Adaptat după Lynne Truss, *Eats*, *Shoots* & *Leaves*: *The Zero Tolerance Approach to Punctuation*, New York: Gotham Books, 2004, p. 9.

2. Sondajul „America On-Line", efectuat în luna decembrie 2005.

3. Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 5 – 6.

4. Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p. 5.

5. Simon Baron-Cohen, *The essenţial Difference*: *The Truth about the Male and Female Brain*, New York: Basic Books, 2003, p. 1.

6. Citat în Joe Garofoli, „Femme Mentale: San Francisco Neuropsychiatrist Says Differences Between Women's and Men's Brains Are Very Real, and the Sooner We All Understand It, the Better", publicat la 6 august 2006: A – 1. *San Francisco Chronicle*: http://*sfgate.com*/*cgibin*/ *article*. *cgi*? *file* = /*e*/*a*/*2006*/*08*/*06*/*MNG*3*HKAMV01*. *DTL*, 12 aprilie, 2007.

7. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 20.

8. Psalmul 139: 13 – 16.

9. Citat în Steven E. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco: Encounter Books, 2004, p. 23.

10. Citat în Ronald Kotulak, „Gender and the Brain: New Evidence Shows How Hormones Wire the Minds of Men and Women to See the World Differently", *Chicago Tribune*, 30 aprilie, 2006. Vizionaţi on-line la adresa: http://www.*rei*. *rutgers.edu*/*-shors*/*pdf*/*genderbrain*

Apr302006.pdf, 1 august, 2007.

11. R.A. Gorski, „Sexual Differentiation of the Brain”, *Hospital Practice* 13, nr. 10, octombrie 1978, p. 55 – 62.

12. S. Hofer şi J. Frahm, „Topography of the Human Corpus Callosum Revisited – Comprehensive Fiber Tractography Using Diffusion Tensor Magnetic Resonance Imaging”, *Journal of Neuroimaging* 32, nr. 3, septembrie 2006, p. 989 – 994.

13. R. Achiron şi A. Achiron, „Development of the Human Fetal Corpus Callosum: A High-Resolution, Cross-Secţional Sonographic Study”, *Ultrasound în Obstetrics and Gynecology* 18, nr. 4, octombrie 2001, p. 343 – 347.

14. S.J. Hwang et al.Gender Differences in the Corpus Callosum of Neonates”, *Neuro Report* 15, nr. 6, 29 aprilie, 2004, p. 1029 – 1032. Vezi şi R. Achiron, S. Lipitz şi A. Achiron, „Sex-Related Differences in the Development of the Human Fetal Corpus Callosum: In Utero Ultrasonographic Study”, *Prenatal Diagnosis* 21, nr. 2, februarie 2001, p. 116 – 120.

15. M.C. Tuncer, E.S. Hatipoglu şi M. Ozates, „Sexual Dimorphism and Handedness in the Human Corpus Callosum Based on Magnetic Resonance Imaging”, *Surgical and Radiologic Anatomy 27*, nr. 3, august 2005, p. 254 – 259. Vezi şi A. Dubb et al.Characterization of Sexual Dimorphism in the Human Corpus Callosum”, *Neurolmage* 20, nr. 1, septembrie 2003, p. 512 – 519.

16. „Sex Differences Found în Proportions of Gray and White Matter in the Brain: Links to Differences în Cognitive Performance Seen”. Publicat la 18 mai, 1999. *Science Daily*: *wwiv*. *sciencedaily.com*/*releases*/ *1999 l05 l990518072823.htm*, 12 aprilie, 2007.

17. Elizabeth Heubeck, „How Male and Female Brains Differ: Researchers Reveal Sex Differences in the Brain’s Form and Function”. Publicat la 11 aprilie, 2005. *WebMD Feature*: www.*medicinenet.com*/ *script*/*main*/*art.asp*? *articlekey* = *50512*, 12 aprilie, 2007.

18. „Sex Differences Found în Proportions of Gray and White Matter”.

19. P. Dewing et al.Sexually Dimorphic Gene Expression in Mouse Brain Precedes Gonadal Differentiation", *Molecular Brain Research* 118, nr. 1 – 2, 21 octombrie, 2003, p. 82 – 90.

20. „Brain May «Hard-Wire» Sexuality Before Birth". Publicat la 22 octombrie, 2003. *Science Daily*: www.*sciencedaily.com*/*releases*/*2003*/*10*/*031022062408.htm*, 12 aprilie, 2007.

21. G.J. Devries et al.A Model Sistem for Study of Sex Chromosome Efects on Sexually Dimorphic Neural and Behavioral Traits", *Journal of Neuroscience* 22, nr. 20, 15 octombrie, 2002, p. 9005 – 9014.

22. Hara Estroff Marano, „The New Sex Scorecard: Men and Women's Minds Really Do Work Differently – But Not on Everything". Publicat în ediţia din iulie/august 2003. *Psychology Today*: www.*psychologytoday.com*/*articles*/pto*20030624 – 000003.html*, 12 aprilie, 2007.

23. Devries, „A Model Sistem for Study of Sex Chromosome Efects".

24. Maureen Dowd", X-celling Over Men", N*ew York Times,* 20 martie, 2005, secţiunea 4, p. 13.

25. Citat în ibid.

26. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 11.

27. Laura Carrel şi Huntington F. Willard, „X-inactivation profile reveals extensive variability în X-linked gene expression in females", *Nature* 434, nr. 7031, 17 martie, 2005, p. 279 – 280.

28. Vezi Dowd", X-celling Over Men".

29. Geneza 1: 26 – 28.

30. Geneza 1: 27 – 28.

31. Svetlana Lutchmaya, Simon Baron-Cohen şi Peter Raggatt, „Foetal Testosterone and Eye Contact în 12-Month-Old Infants", *Infant Behavior and Development* 25, 2002, p. 327 – 335.

32. Christina Hoff Sommers, *Who Stole Feminism*? New York: Simon & Schuster, 1994, p. 73 – 74.

33. Marano, „New Sex Scorecard".

34. H. Hanlon, R. Thatcher şi M. Cline, „Gender Differences in the Development of EEG Coherence în Normal Children”, *Developmental Neuropsychology* 16, nr. 3, 1999, p. 479 – 506.

35. Leonard Sax, *Why Gender Matters*: *What Parents and Teachers Need to Know about the emerging Science of Sex Differences*, New York: Doubleday, 2005, p. 83.

36. K. Dindia and M. Allen, „Sex Differences în Self-Disclosure: A Meta-Analysis”, *Psychological Bulletin* 112, 1992, p. 106 – 124.

37. Citat în Sax, *Why Gender Matters*, p. 83.

38. Ibid.

39. Citat în Heubeck, „How Male and Female Brains Differ”.

Capitolul 2: Diferiţi precum ziua şi noaptea

1. „Brain Facts”. *Brain Connection*: www.*brainconnection.com*/*library*/? *main* = *explorehome*/*brain-facts*, 12 aprilie, 2007.

2. Ibid.

3. Vezi Jeffrey M. Schwartz şi Sharon Begley, *The Mind and the Brain*, New York: HarperCollins, 2003, p. 111.

4. „What Is the World’s Fastest Computer?” *How Stuff Works: http://computer*. *howstuffworks.com*/*question54.htm*, 12 aprilie, 2007.

5. Citat în Amanda Onion, „Scientists Fiind Sex Differences în Brain: Controversial Research Revealing Differences Between Men and Women”. Publicat la 19 ianuarie, 2005. *ABC News*: http://*abcnews*. *go.com*/*Technology*/*Health*/*story*? *id* = *424260*, 12 aprilie, 2007.

6. Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man’s Mind Really Works*, New York: St. Martin’s, 2003, p. 82.

7. Citat în Garofoli, „Femme Mentale: San Francisco Neuropsychiatrist Says Differences Between Women’s and Men’s Brains Are Very Real, and the Sooner We All Understand It, the Better”. Publicat la 6 august, 2006: A-l.

San Francisco Chronicle: http://*sfgate.com*/*cgi-bin*/*article*.*cgi*? *file* = /*e*/*a*/*2006*/*08*/*06*/*MNG*3*HKAMV01*. *DTL*, 12 aprilie, 2007.

8. P.H. Menta şi R.A. Josephs, „Testosterone Change after Losing Predicts the Decision to Complete Again", *Hormones and Behavior* 50, nr. 5, decembrie 2006, p. 684 – 692. Vezi şi Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p. 81.

9. J.M. Dabbs Jr., D. de La Rue şi P.M. Williams, „Testosterone and Occupational Choice: Actors, Ministers, and Other Men", *Journal of Personality and Social Psychology* 59, nr. 6, decembrie 1990, p. 1261 – 1265.

10. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 95.

11. Citat în Steven E. Rhoads, „The Case Against Androgynous Marriage", *The American Enterprise*: www.*taemag.com*/*issues*/*articleid.17048* /*artidedetail.asp*, 12 aprilie, 2007.

12. Citat în Mamia Robinson, „Your Brain on Sex", Publicat la 25 iunie, 2005. *Reuniting*: http://www.*reuniting.info*/*science*/*sexinthebrain*, 23 iulie, 2007.

13. Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 45.

14. Ibid., p. 44.

15. Citat în Hara Estroff Marano, „The New Sex Scorecard: Men and Women's Minds Really Do Work Differently – But Not on Everything". Publicat în iulie/august 2003. *Psychology Today*: www.*psychology today.com*/*articles*/pto*20030624* – *000003.html*, 12 aprilie, 2007.

16. Citat în ibid.

17. Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 13.

18. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 96.

19. „Feeling Hormonal?" *IVillage*: http://*redbook*.*ivillage.com*/*health*/ *O" 9 jr4 vib4 – 3,00.html*, 12 aprilie, 2007.

20. Citat în Onion, „Scientists Fiind Sex Differences în Brain".

21. Baron-Cohen, *The essenţial Difference*: *The Truth about the Male and Female Brain*, New York: Basic Books, 2003, p. 9.

22.1 Petru 3: 7 NASB.

Capitolul 3: Diferenţe în modul în care percepem această lume

1. Vezi Geneza 9: 16: „Curcubeul va fi în nor; şi Eu Mă voi uita la el, ca să-mi aduc aminte de legământul cel veşnic dintre Dumnezeu şi toate vieţuitoarele de orice trup de pe pământ".

2. Vezi Romani 1: 20: „În adevăr, însuşirile nevăzute ale Lui, puterea Lui veşnică şi dumnezeirea Lui, se văd lămurit, de la facerea lumii, când te uiţi cu băgare de seamă la ele în lucrurile făcute de El. Aşa că nu se pot dezvinovăţi".

3. Citat în Amanda Ripley, „Who Says a Woman Can't Be Einstein?" Publicat duminică, 27 februarie, 2005. *Time Magazine:* www.*time.com*/ *time*/*printout*/*O*, *8816, 1032332*, *OO.html*, 12 aprilie, 2007.

4. Citat în K.A. Jameson, S.M. Highnote şi L.M. Wasserman, „Richer Color Experience în Observers with Multiple Photopigment Opsin Genes", *Psychonomic Bulletin and Review* 8, nr. 2, iunie 2001, p. 244 – 261.

5. Citat în Jennifer Connellan et al.Sex Differences în Human Neonatal Social Perception", *Infant Behavior and Development* 23, 2001, p. 113 – 115.

6. A.P. Bayliss, G. di Pellegrino şi S.P. Tipper, „Sex Differences în Eye Gaze and Symbolic Cueing of Attention", *Quarterly Journal of Experimental Psychology* 58, nr. 4, mai 2005, p. 631 – 650.

7. Citat în Svetlana Lutchmaya, Simon Bar-Cohen şi Peter Raggatt, „Foetal Testosterone and Eye Contact în 12-Month-Old Infants", Infant Behaviour and Development 25, 2002, p. 327 – 335.

8. Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p. 18.

9. Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and*

Women Can't Read Maps: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 21.

10. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 18.

11. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 23.

12. Tom Purcell, „Men and Women and Brains". Publicat la 10 octombrie, 2003. *Men's News Daily*: http://*mensnewsdaily.com*/*archive*/*p*/*purcell*/*03*/*purcelllol003.htm*, 13 aprilie, 2007.

13. J.K. Mâner et al.Sexually Selective Cognition: Beauty Captures the Mind of the Beholder", *Journal of Personality and Social Psychology* 85, nr. 6, decembrie 2003, p. 1107 – 1120. *Departamentul de psihologie al Universităţii de Stat din Florida*: *ivww*. *psy*. *fsu.edu*/*faculty*/*mâner*/ *sexually%20 selective%20 cognition.pdf*, 12 aprilie; 2007.

14. Rick David, „The Latest Male/Female Brain Research, Shocking Revelations!". *Merchant America San Diego*: *wivw*. *sandiego*. *merchant amer ca.com*/*index.php*?*x* = *articles* & *periodicalkey* = *3479*, 12 aprilie, 2007.

15. Citat în Sandra F. Witelson, 1.1. Glezer şi D.L. Kigar, „Women Have Greater Numerical Density of Neurons în Posterior Temporal Cortex", *Journal of Neuroscience* 15, 1995, p. 3418 – 3428.

16. Citat în Purcell, „Men and Women and Brains".

17. K. Kansaku şi S. Kitazawa, „Imaging Studies on Sex Differences in the Lateralization of Language", *Journal of Neuroscience Research* 41, nr. 4, decembrie 2001, p. 333 – 337.

18. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 30.

19. Citat în J. Cassidy şi K. Ditty, „Gender Differences among Newboms on a Transient Otoacoustic Emissions Test for Hearing", *Journal of Music Therapy* 38, 2001, p. 28 – 35. Vezi şi B. Cone-Wesson şi G. Ramirez, „Hearing Sensitivity în Newboms Estimated from ABRS to Bone-Conducted Sounds", *Journal of the American Academy of Audiology* 8, 1997, p. 299 – 307.

20. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 30.

21. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 17 – 18.

22. Citat în „It's the Truth – Pain Hurts Women More than Men", *News-Medical*: www.*news-medical.net*/? *id = 11498*, 12 aprilie, 2007.

23. Citat în Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 35.

24. Citat în „It's the Truth – Pain Hurts Women More than Men".

25. J.M. Reinisch, „Fetal Hormones, the Brain, and Human Sex Differences: A Heuristic, Integrative Review of the Recent Literature", *Archives of Sexual Behavior 3*, nr. 1, ianuarie 1974, p. 51 – 90.

26. Citat în Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 35.

27. Vezi I, Edward Alcamo, *Anatomy Coloring Workbook*, New York: Princeton Review, 2003, p. 136.

28. Citat în L. Zhang şi H.Q. Li, „Analysis of Taste Development în 62 Newborn Infants", *Chinese Journal of Pediatrics*, *Zhonghua Ei Ke Za Zhi* 44, nr. 5, mai 2006, p. 350 – 55.

29. P. Dalton, N. Doolittle şi P.A. Breslin, „Gender-Specific Induction of Enhanced Sensitivity to Odors", *Nature Neuroscience* 5, nr. 3, martie

2002, p. 199 – 200.

30. Citat în Tim Patterson, „Taste Bud Tales – Wine-Tasting Abilities of Women" *Fiind Articles*: www.*findarticles.com*/*p*/*articles*/*mim3488*/*is684*/*ai103995707*, 12 aprilie, 2007.

31. Citat în V.B. Duffy et al.Taste Changes across Pregnancy", *Annals of the New York Academy of Sciences* 855, 30 noiembrie, 1998, p. 805 – 809.

32. Vezi Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 37.

Capitolul 4: Diferenţe în modul în care procesăm informaţiile furnizate de această lume

1. Simon Baron-Cohen, „Is Autism an Extreme of the Male Condition?" Publicat la 9 august 9, 2005. *The New York Times*: www.*int.com*/*articles*/*2005*/*08*/*08*/*opinion*/*edbaron.php*, 12 aprilie, 2007.

2. Amanda Onion, „Scientists Fiind Sex Differences în Brain: Controversial Research Revealing Differences Between Men and Women" *Publicat la 19 ianuarie, 2005*.

ABC News: http://*abcnews*. *go.com*/*Technology*/*health*/*story*? *id* = *424260*, 12 aprilie, 2007.

3. Simon Baron-Cohen, „They Just Can't Help It", Publicat la 17 aprilie, 2003. *The Guardian*: http://www.*guardian.co.uk*/*life*/*feature*/*story*/ *O*" *937913,00.html*, 25 iulie, 2007.

4. Ibid.

5. Adaptat după Hara Estroff Marano, „The New Sex Scorecard: Men and Women's Minds Really Do Work Differently – But Not on Everything". Publicat în iulie/august 2003. *Psychology Today*: *zoww*. *psycholo gytoday*. *comlarticlesipto-20030624 – 000003.html*, 12 aprilie, 2007.

6. Citat în Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 102.

7. Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p. 7.

8. Citat în Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 109.

9. Shelly E. Taylor et al.Biobehavioral Responses to Stress în Females: Tend-and-Befriend, Not Fight-or-Flight", *Psychological Review* 107, nr. 3, 2000, p. 41129.

10. Citat în Elizabeth Heubeck, „How Male and Female Brains Differ: Researchers Reveal Sex Differences in the Brain's Form and Function". Publicat la 11 aprilie, 2005. *WebMD Feature*: *wzvw*. *medicinenet.com*/*script*/*main*/*art.asp*? *articlekey* = *50512*, 12 aprilie, 2007.

11. Helen S. Bateup et al.Testosterone, Cortizol and Women's Competition", *Journal of Evolution and Human Behavior* 23, nr. 3, 2002, p. 181 – 192. Vezi şi Helen Fisher, *The First Sex*: *The Natural Talents of Women and How They Are Changing the World*, New York: Random House, 1999, p. 287; Anne Moir şi Bill Moir, *Why Men Don't Iron*: *The Fascinating and Unalterable Differences between Men and Women*, New York: Citadel, 1999, p. 170 – 171.

12. Vezi Susan Golombok şi Robyn Fivush, *Gender*

Development, Cambridge: Cambridge Univ. Press, 1994, p. 164 – 165.

13. Vezi Fisher, *First Sex*, p. 29.

14. Vezi Steven E. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco: Encounter Books, 2004, p. 140.

15. Vezi Kingsley R. Browne, „Sex and Temperament în Modern Society: A Darwinian View of the Glass Ceiling and the Gender Gap", *Arizona Law Review 37*, nr. 3, 1995, p. 1024.

16. Vezi Golombok şi Fivush, *Gender Development*, p. 164 – 165.

17. Vezi Eleanor E. Maccoby, *The Two Sexes*: *Growing Up Apart*, *Coming Together*, Cambridge, Mass.: Belknap, 1998, p. 39; vezi şi Golombok şi Fivush, *Gender Development*, p. 243.

18. Vezi Anemona Hartocollis, „Women Lawyers; Justice Is Blând. Also, a Lady". *The New York Times*, duminică, 1 aprilie, 2001, secţiunea 4, p. 3.

19. Citat în ibid.

20. Citat în ibid.

21. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 156.

22. Citat în Browne, „Sex and Temperament în Modern Society", p. 1020. Vezi şi Katherine Blick Hoyenga şi Kermit T. Hoyenga, *Gender-Related Differences*: *Origins and Outcomes*, Boston: Allyn and Bacon, 1993, p. 319.

23. Moir, *Why Men Don't Iron*, p. 173.

24. Vezi „Sweet 16" Women Senators Talk Defense, Obama: „GMA" Anchor Diane Sawyer Interviews Politicians on Being Women în Politics". Publicat la 17 ianuarie, 2007. *ABC News*: http://*abcnews.go.com/GMA/Politics/story? id = 2801015*, 12 aprilie, 2007.

25. Ibid., Senator Maria Cantwell, D-Washington.

26. Ibid., Senator Mary Landrieu, D-Louisiana.

27. Ibid., Senator Dianne Feinstein, D-Califomia.

28. Ibid., Senator Claire McCaskill, D-Missouri.

29. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 144.

30. James M. Dabbs şi Mary Godwin Dabbs, *Heroes*,

Rogues, and Lovers: *Testosterone and Behavior*, New York: McGraw-Hill, 2000, p. 5, p. 13 – 14, p. 129 – 30, p. 138 – 139; vezi şi Fisher, *First Sex*, p. 29.

31. Citat în Ronald Kotulak, „Gender and the Brain: New Evidence Shows How Hormones Wire the Minds of Men and Women to See the World Differently", *Chicago Tribune*, 30 aprilie, 2006. http://*wruw*. *rei*. *rutgers.edu*/-*shors*/*pdf*/*genderbrain Apr302006*. *pe*, 1 august, 2007.

32. Citat în Moir, *Why Men Don't Iron*, p. 86.

33. Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, p. 87.

34. Citat în G.B. Hall et al.Sex Differences în Funcţional Activation Patterns Revealed by Increased Emotion Processing Demands", *Neuro Report* 15, nr. 2, February 9, 2004, p. 219 – 223; vezi şi J.D. Bremner et al.Gender Differences în Cognitive and Neural Correlates of Remembrance of Emoţional Words", *Psychopharmacology Bulletin* 35, nr. 3, Summer 2001, p. 55 – 78.

35. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 135.

36. Vezi Onion, „Scientists Fiind Sex Differences în Brain".

37. Shaunti şi Jeff Feldhahn, *Doar pentru el*: *ghid de orientare pe harta lăuntrică a universului feminin*, Cluj-Napoca: Editura Aqua Forte, 2007, p. 32.

38. Vezi Bill şi Pam Farrel, *Men Are Like Waffles – Women Are Like Spaghetti*, Eugene, Ore.: Harvest House, 2001.

39. Minna Antrim, *Brainy Quote*: http://www.*brainyquote.com*/*quotes*/*quotes*/*m*/*minnaantri386699.html*, *23* iulie 2007.

40. Vezi C. Hutt, „Biological Bases of Psychological Sex Differences" Lucrare susţinută la Societatea Europeană de Endocrinologie Pediatrică, Rotterdam, Olanda, iunie 1976.

41. Citat în Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 56.

42. Ibid.

43. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 19.

44.1 împăraţi 3: 12; 4: 29.

45. Gilbert K. Chesterton, *Brainy Quote*: http://*wzvw.brainyquote.com/quotes/ quotes/g/gilbertkel56951.html*, 23 iulie, 2007.

46. Citat în Elizabeth Weise, „Maybe We Are Different: New Book Argues Female Brain Wired to Nurture". Publicat la 22 august, 2006. *USA Today*: www.*usatoday.com/tech/science/discoveries/2006 – 08 – 21-female-brainx.htm*, 12 aprilie, 2007.

Capitolul 5: Diferenţe în modul în care comunicăm cu această lume

1. Dave Stroder, „Potato Chip Fallout", *Marriage Partnership*, toamnă, 2005. *Christianity Today*: http://www.*christianitytoday.com/m²/2005/003/ 5.50.html*, 24 iulie, 2007. Folosit cu permisiune.

2. Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p. 128.

3. Citat în Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 70.

4. Citat în Michael Phillips et al.Temporal Lobe Activation Demonstrates Sex-Based Differences During Passive Listening", *Radiology* 220, nr. 1, iulie 2001, p. 202 – 207.

5. Citat în B.A. Shaywitz et al. „Sex Differences in the Funcţional Organization of the Brain for Language", *Nature* 373, nr. 6515, 16 februarie, 1995 p. 607 – 609; vezi şi A.M. Clements et al.Sex Differences în Cerebral Laterality of Language and Visuospatial Processing", *Brain and Language* 98, nr. 2, august 2006, p. 150 – 158.

6. Vezi Doreen Kimura, „Sex Differences in the Brain: Men and Women Display Patterns of Behavioral and Cognitive Differences That Reflect Varying Hormonal Influences on Brain Development". Publicat la 13 mai, 2002. Scientific American: http://sciam.com/printversion.

din? articlelD = 00018E9D-879D-lD06 – 8E49809EC588EEDF, 12 aprilie, 2007.

7. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 80 – 81.

8. Mark Liberman, „Sex-linked Lexical Budgets". http://*între*. *cis*. *upenn.edu*/*-myl*/*languagelog*/*dr chives*/*003420.html*, 1 august, 2007.

9. Deborah James şi Janice Drakich, „Understanding Gender Differences în Amount of Talk: A Critical Review of Research", în *Gender and Conversaţional Interaction*, ed. Deborah Tannen, New York: Oxford Univ. Press, 1993, p. 281 – 312.

10. Citat în Matthias R. Mehl et al.Are Women Really More Talkative Than Men?" *Science* 317, iulie 2007, p. 82.

11. Citat în Nancy Shute, „Chatty Cathy, Chatty Charlie: Surprinse! A Study Finds Males Talk Just as much as Females", US *News and World Report:* http://*www.*us*news.com*/*us*news/*ne*ws/*ar*ticles*/*07 0708*/*16 *talk.htm,* 1 august, 20*07.*

12. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 136.

13. Vezi Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, 92 – 93.

14. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 78.

Capitolul 6: Decodarea diferenţelor noastre în ce priveşte comunicarea

1. Citat în ibid., p. 197.

2. Citat în Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p.135 – 136.

3. Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 83.

4. Citat în Moir and Jessel, *Brain Sex*, p. 135 – 136.

5. Willard F. Harley Jr., *His Needs*, *Her Needs*: *Building an Affair-Proof Marriage*, Grand Rapids: Revell, 2001, p. 69.

6. Citat în Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 94.

7. Ibid.

8. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 128.

9. Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, p. 93.

10. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 136.

11. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 136.

12. Citat în Janice M. Steil, *Marital Equality*: *Its Relations hip to the Well-Being of Husbands and Wives*, Thousand Oaks, Calif.: Sage, 1997, p. 214.

13. Moir şi Jessel, *Brain Sex*, p. 128.

14. Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 93.

15. Adaptat după „What Women Say and What They MEAN". *Funny 2*: http://www.*funny2.com*/*women.htm*, 1 august, 2007.

Capitolul 7: Sexul la nivel mintal

1. „Marriage Enrichment: Conflict Resolution". *North Carolina State University*: www.*ces.nesu.edu*/*depts*/*fes*/*human*/*pubs*/*fes-466 – 4.pdf*, 12 aprilie, 2007.

2. Willard F. Harley Jr., *His Needs*, *Her Needs*: *Building an Affair-Proof Marriage*, Grand Rapids: Revell, 2001, p. 49.

3. Citat în Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 203 – 204.

4. Ibid., p. 215.

5. Citat în ibid., p. 220.

6. Ibid.

7. Citat în ibid., p. 226.

8. Bruce J. Ellis şi Donald Symons, „Sex Differences în Sexual Fantasy: An Evolutionary Psychological Approach", în *Human Nature*: *A Critical Reader*, *ed. L. Betzig*, New York: Oxford Univ. Press, 1997, p. 544.

9. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 213.

10. Citat în ibid., p. 194.

11. Citat în Gary Langer, Cheryl Amedt şi Dalia Sussman, „Primetime Live Poll: American Sex Survey: A

Peek beneath the Sheets. Publicat la 21 octombrie, 2004. *ABC News*: http://*abcnews*. *go.com*/*Primetime*/*News*/*storyzid = 156921 & pagina = 1*, 21 iulie, 2007.

12. Citat în „Frequently Asked Sexual Questions", *Indiana University*: http://www.*indiana.edu*/-*kinsey*/*resources*/*FAC.html*, 1 august, 2007.

13. Citat în Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p.134.

14. *„când o soţie se gândeşte la sex..."* David C. Geary, Male*, Fe*male*: The evolution of* H*uma*n *Sex Differences, Wa*shington, DC: American Psychological Association, 1998, p. 146.

15. Citat în Shaunti şi Jeff Feldhahn, *Doar pentru el*, p. 30 – 31.

16. Ibid., p. 130.

17. Citat în ibid., p. 128.

18. Ibid., p. 126.

19. Citat în Karlyn Bowman, „Poll Pourri: Love Sweet Love", *Women's Quarterly*, Winter, p. 13.

20. Ross D. Parke şi Douglas B. Sawin, „The Father's Role în Infancy: A Re-evaluation, Family Coordinator 25, nr. 4, 1976, p. 365 – 371.

21. Ibid., p. 211.

22. Adaptat după Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 212.

23. Harley, *His Needs*, *Her Needs*, p. 43.

24. Pease, *Why Men Don't Listen*, p. 212.

25. Vezi Harley, *His Needs*, *Her Needs*, p. 39.

26. Ibid., p. 40.

27. David M. Buss, *The evolution of Desire*, New York: Basic Books, 1994, p. 71.

28. John Stossel, „Lookism: The Ugly Truth about Beauty. Like It or Not, Looks Do Matter" Publicat la 23 august, 2002. *ABC News:* http://*abcnews*. *go.com*/*2020*/*story*? *id = 123853*, 12 aprilie, 2007.

29. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco: Encounter Books, 2004, p. 59.

30. Pease, Why *Men Don't Listen*, p. 203.
31. Harley, *His Needs, Her Needs*, p. 112.
32. Ibid., p. 118 – 119.
33. Ibid., p. 38.
34. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 110 – 111.
35. See Linda J. Waite şi Kara Joyner, „Emoţional Satisfaction and Physical Pleasure în Sexual Unions: Time Horizon, Sexual Behavior, and Sexual Exclusivity", *Journal of Marriage and Family* 63, nr. 1, 2001, p.247 – 264.
36. Citat în William R. Mattox Jr.Marital Bliss", American *Enterprise*, mai/iunie 1996, p. 45 – 46.
37. Waite and Joyner, „Emoţional Satisfaction and Physical Pleasure".
38. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 112.
39. Citat în „Marital Sex – Beliefs about Marital Sexuality, Sexual Frequency, the Decline of Sexual Frequency Over Time, Sexual Practices and Preferences". *Marriage and Family Encyclopedia*: http://*family.jrank.org/páginas/1109/Marital-Sex.html*, 12 aprilie, 2007.
40. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 112.
41. Vezi Gail Saltz, „Are You Keeping Up with Your Lover's Appetites?" *MSNBC*: http://www.*msube.msn.comzid/14301124/*, 1 august, 2007.
42. Adaptat după Tim Gardner şi Amy Gardner, „The Basics of Sex" Publicat în toamna anului 1999. *Christianity Today*: www.*christianity today.com/m²/9 m3/9 m3056.html*, 12 aprilie, 2007.

Capitolul 8: Sexul aşa cum l-a conceput Dumnezeu

1. Vezi 1 Corinteni 7: 2.
2. Vezi Evrei 13: 4.
3. Vezi Geneza 1: 28 a.
4. Vezi Deuteronomul 24: 5; Proverbele 5: 18 – 19; Cântarea-cântărilor 4: 10.
5. Cântarea-cântărilor 7: 6 – 9 NTR.
6. Geneza 1: 31.

7. Vezi Cântarea-cântărilor 5: 1 – 16.

8. Vezi Osea 1 – 3; Efeseni 5: 21 – 33; 2 Corinteni 11: 1 – 3; Apocalipsa 19: 6 – 9.

9. Tim Gardner şi Amy Gardner, „The Basics of Sex". Publicat în toamna anului 1999. *Christianity Today*: www.*christianitytoday.com*/m²/*9 m3*/ *9 m3056.html*, 12 aprilie, 2007.

10. Geneza 2: 24.

11. Janice Shaw Crouse, „Love Potion Number 'O'" Publicat la 25 ianuarie, 2006. *Concerned Women for America*: www.*cwfa.org*/*article display.asp*? *id = 9936* & *departament = BLI* & *categoryid = dotcommentary*, 12 aprilie, 2007.

12. R.A. Turner et al.Preliminary Research on Plasma Oxytocin în Normal Cycling Women: Investigating Emotion and Interpersonal Distress", *Psychiatry* 62, nr. 2, vara 1999, p. 97 – 113.

13. „Hormone Involved în Reproduction May Have Role in the Maintenance of Relations hips". Publicat lal4 iulie, 1999. *UCSF News Office*: http://*pub*. *ucsf.edu*/*newsservices*/*releases*/*2004010721*/, 12 aprilie, 2007.

14. Crouse, „Love Potion".

15. Citat în Paula Rinehart, „A Union Like No Other", Discipleship Journal 27, nr. 1, ianuarie/februarie 2007, p. 43 – 47.

16. Vezi H. Fisher, A. Aron şi L.L. Brown, „Romantic Love: An FMRI Study of a Neural Mechanism formate Choice", *Journal of Comparative Neurology* 493, nr. 1, decembrie 2005, p. 58 – 62.

17. A. Bartels şi S. Zeki, „The Neural Basis of Romantic Love", Neuro Report 11, nr. 17, noiembrie 27, 2000, p. 3829 – 3934.

18. Harley, *His Needs*, *Her Needs*, p. 181.

19. Ibid., p. 18.

20. Ibid., p. 46.

21. Citat în „Sexual Frequency", *Marriage and Family Encyclopedia*: http://*fa mily*.

jrank.org/páginas/1102/Marital-Sex-Sexual-Frequency.html, *22* iulie, 2007.

22. Vezi 1 Corinteni 7: 4 MSG.

23. Lorraine Pintus, „How to Be a Great Lover: Discover the Key to an Intimate Marriage", *Discipleship Journal 27*, nr. 1, ianuarie/februarie 2007, p. 49 – 57.

24. Romani 12: 10.

25. Pintus, „How to Be a Great Lover", 51.

26. Ibid.

27.1 Corinteni 7: 3, 5.

28. Geneza 2: 24.

29. Citat în Pease, Why *Men Don't Listen*, p. 224.

30. Robert T. Michael et al., *Sex în America*: *A Definitive Survey*, Boston: Little, Brown, & Co., 1994, p. 1.

31. Vezi Edward O. Laumann et al., *The Social Organization of Sexuality*: *Sexual Practices in the United States*, Chicago: University of Chicago Press, 1994, p. 364, tabelul 10.5.

32. Michael et al., *Sex în America*, p. 131.

33. Pintus, „How to Be a Great Lover", p. 51.

34. Citat în Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, p. 137 – 138.

35. Geneza 2: 24.

36. Ioan 10: 10 MSG.

Capitolul 9:

Creierul bărbatului – cucerire; creierul femeii – îngrijire

1. John Eldredge, *Eu, bărbatul – călătoria iniţiatică a unei inimi neîmblânzite*, Cluj-Napoca: Editura Aqua Forte, 2004, p. 9.

2. Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, p. 34.

3. Ibid., p. 40 – 41.

4. Citat în Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 44.

5. Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell,

1992, p. 140.

6. Citat în Theresa Crenshaw, *The Alchemy of Love and Lust*, New York: Putnam, 1996, p. 158, p. 184.

7. Citat în Christina Hoff Sommers, *The War Against Boys*, New York: Simon & Schuster, 2000, p. 90.

8. Vezi Rob Stein, „Do Men Have Anger în Mind?" *Washington Post*, 30 septembrie, 2002.

9. Citat în Steven E. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco: Encounter Books, 2004, p. 135.

10. Citat în Anne Campbell, *A Mind of Her Own*, New York: Oxford Univ. Press, 2002, p. 105.

11. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 168.

12. Vezi A.D. Pelegrini şi Jane C. Perlmutter, „Rough and Tumble Play on the eelementary School Yard", *Young Children* 43, nr. 2, 1988, p. 14 – 47.

13. Vezi Eleanor E. Maccoby, The Two Sexes: Growing Up Apart, Coming Together, Cambridge, Mass.: Belknap, 1998, p. 102.

14. Ibid., p. 62 – 64.

15. Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 46.

16. Citat în Kingsley R. Browne, *Biology at Work*: *Rethinking Sexual Equality*, New Brunswick, N.J.: Rutgers Univ. Press, 2002, p. 16.

17. Vezi Simon Baron-Cohen. Publicat în iarna anului 2005. *Phi Kappa Phi Forum*: *wwwfindarticles.com/p/articles/miqa4026/is200501/ainl34 8667*8, 12 aprilie, 2007.

18. Eldredge, *Eu*, *bărbatul*, p. 15.

19. Ibid.

20. Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 46.

21. Matei 3: 17.

22. Ioan 1: 12 – 13.

23. Vezi Psalmii 40: 17; 18: 19; Tefania 3: 17.

24. Vezi Luca 15: 10.

25. Vezi Deuteronomul 7: 7; Filipeni 1: 8.

26. Vezi Ioan 17: 23.

27. Ioan 10: 28.

28. Vezi Romani 7: 24; Galateni 1: 4; 2 Timotei 4: 18; 2 Petru 2: 9.

29. Neemia 4: 14.

30. Citat în Jérôme H. Barkow, Leda Cosmides, and John Tooby, *The Adapted Mind*: *Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*, New York: Oxford Univ. Press, 1992, p. 538.

31. Vezi David C. Geary, *Male*, *Female*: *The evolution of Human Sex Differences*, Washington, DC: American Psychological Association, 1998, p. 219.

32. Citat în Maccoby, *Two Sexes*, p. 39.

33. Ibid., p. 37.

34. Crenshaw, *Alchemy of Love and Lust*, p. 104.

35. Vezi Campbell, *Mind of Her Own*, p. 116 – 17.

36. Fisher, *First Sex*, p. 29.

37. Vezi Geary, *Male*, *Female*, p. 250 – 251.

38. Vezi Campbell, *Mind of Her Own*, p. 55, p. 99.

39. Crenshaw, *Alchemy of Love and Lust*, p. 184.

40. Steven E. Rhoads, „The Case Against Androgynous Marriage", *The American Enterprise*: www.*taemag.com*/*issues*/*articleid*. *17048*/*article detail.asp*, 12 aprilie, 2007.

41. Citat în Sarah Blaffer Hrdy, *Mother Nature*: *A History of Mothers*, *Infants*, *and Natural Selection*, New York: Pantheon 1999, p. 137 – 139.

42. Ibid., p. 137, p. 537 – 538.

43. Citat în J.A. Russell, A.J. Douglas şi C.D. Ingram, „Brain preparations for maternity – adaptive changes în behavioral and neuroendocrine sistems during pregnancy and lactation. An Overview", *Progress în Brain Research* 133, 2001, p. 1 – 38.

44. Citat în Lynne E. Ford, *Women and Politics*: *The Pursuit of Equality*, Boston: Houghton-Mifflin, 2002, p. 285.

45. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 193.

46. Myriam Khlat, Catherine Sermet şi Annick Le Pape, „Women's Health în Relation with Their Family and Work Roles.: France in the early 1990's", *Social Science*

and Medicine 50, nr. 12, June 2000, p. 1807 – 1825.

47. „Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done: As American Women See It" Publicat la 9 mai, 1997. *Pezv Research Center*: http://*people-press.org*/*dataarchive*/*H199*7, 12 aprilie, 2007.

48. Citat în Rhoads, „Case Against Androgynous Marriage".

49. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 11.

50. Vezi Alan Wolfe, *Whose Keeper*? *Social Science and Moral Obligation*, Berkeley: University of California Press, 1991, p. 164.

51. Vezi Brad C. Gehrke, „Results of the 1997 AVMA Survey of U.S. Pet-Owning Households Regarding Use of Veterinary Services and Expenditures", *American Veterinarian Medical Association* 211, nr. 4, 1997, p. 417 – 418.

52. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 193.

53. Citat în Rhoads, „Case Against Androgynous Marriage".

54. Ibid.

55. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 62.

56. Gurian, *What Could He Be Thinking*? 62.

57. Ibid., 63.

58. Bernadette Gray-Little şi Nancy Burks, „Power and Satisfaction in Marriage: A Review and Critique", *Psychological Bulletin* 93, nr. 3, 1983, p. 513 – 538.

59. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 262.

60. Vezi Campbell, *Mind of Her Own*, p. 72, p. 110, p. 116.

61. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 152.

62. Ibid., p. 153.

63. Gray-Little şi Burks, „Power and Satisfaction in Marriage", p. 513 – 538.

64. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 78.

65. Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 63.

66. Ibid.

Capitolul 10: Creierul bărbatului – întreţinere; creierul femeii – siguranţă

1. Michael Gurian, *What Could He Be Thinking*? *How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, p. 147.

2. Vezi Linda Mealey, *Sex Differences*: *Developmental and Evolutionary Strategies*, San Diego: Academic Press, 2000, p. 272.

3. Vezi David M. Buss, *The evolution of Desire*, New York: Basic Books, 1994, capitolele 2 – 3.

4. Vezi Steven E. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, San Francisco: Encounter Books, 2004, p. 35.

5. Vezi ibid., p. 257.

6. Anne Moir şi David Jessel, *Brain Sex*: *The Real Difference Between Men and Women*, New York: Dell, 1992, p. 151.

7. Ibid.

8. Vezi Gurian, *What Could He Be Thinking*? p. 147 – 148.

9. Barbara şi Allan Pease, *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*: *How We're Different and What to Do about It*, New York: Broadway Books, 2000, p. 137.

10. Citat în Steven E. Rhoads, „The Case Against Androgynous Marriage", *The American Enterprise*: *wwiv. taemag.com/issues/articleid. 17048/articledetail.asp*, 12 aprilie, 2007.

11. Citat în Willard F. Harley Jr., *His Needs*, *Her Needs*: *Building an Affair-Proof Marriage*, Grand Rapids: Revell, 2001, p. 118.

12. Citat în Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 61.

13. Citat în Linda Thompson şi Alexis J. Walker, „Gender în Families: Women and Men în Marriage, Work, and Parenthood", *Journal of Marriage and Family* 51, 1989, p. 853.

14. Citat în Janice M. Steil, *Marital Equality*: *Its Relations hip to the Well-Being of Husbands and Wives*,

Thousand Oaks, Calif.: Sage, 1997, p. 50 – 55.

15. Ibid.

16. Ralph Gardner Jr.Alpha Women, Beta Men: Wives are Increasingly Ou teaming Their Husbands, But Their New Financial Muscle Is Causing Havoc in the Home" Publicat la 17 noiembrie, 2003. *New York Magazine*: www.*newyorkmetro.com*/*nymetro*/*news*/*features*/*n9495*/, 12 aprilie, 2007.

17.1 Timotei 5: 8.

18. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 253.

19. Ibid., p. 256.

20. Harley, *His Needs*, *Her Needs*, p. 124 – 125.

21. Ibid., p. 126.

22. Ibid., p. 130.

23. Ibid., p. 124.

24. Citat în „Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done: As American Women. Se It". Publicat la 9 mai, 1997. *Pew Research Center*: http://*people-press.org*/*reports*/*display*. *php3*? *PaginalD* = *519*, 12 aprilie, 2007.

25. Ibid.

26. Citat în Jessica Anderson, „Myths of Motherhood" Publicat la 29 august, 2005. *Concerned Women for America*: http://www.*cwfa.org*/*article display.asp*? *id* = *8806* & *departament* = *BLI* & *categoryid* = *family*, 28 iulie, 2007.

27. Citat în ibid.

28. Citat în „Motherhood Today – A Tougher Job, Less Ably Done".

29. Suzanne Venker, 7 *Myths of Working Mothers*: *Why Children and* (*Most Careers Just Don't Mix*, Dallas: Spence, 2004. Citat în „About This Book", *Spence Publishing Company*: http://www.spencepublishing.com/books/index. din? action = Product & ProductlD = 79.

30. Vezi Ric Edelman, „Should Both Parents Work? The Pros and Cons" Publicat în 2002. *About.com*: http://*homeparents*. *about.com*/*ce*/*family*

finances/a/bothwork.htm, 12 aprilie, 2007.

31. Vezi „Motherhood Today – Tougher Job, Less Ably Done”.

32. Rhoads, *Taking Sex Differences Seriously*, p. 259.

33. Harley, *His Needs, Her Needs*, p. 125.

34. Citat în Shaunti şi Jeff Feldhahn, *Doar pentru el*, p. 45.

35. Harley, *His Needs, Her Needs*, p. 95.

36. Vezi Rhoads, „Case Against Androgynous Marriage”.

37. Harley, *His Needs, Her Needs*, p. 192.

38. Ibid., p. 135.

39. Ibid., p. 136.

40. Citat în Rhoads, „Case Against Androgynous Marriage”; vezi şi Philip Blumstein şi Pepper Schwartz, *American Couples: Money, Work, and Sex*, New York: Morrow, 1983.

41. „Modern Marriage: «I Like Hugs. I Like Kisses. But What I Really Love Is Help with the Dishes»”. Publicat la 18 iulie, 2007. *Pew Research Center*: http://*pewresearch.org/pubs/542/modern-marriage*, *27* iulie, 2007.

42. Catherine Hakim, *Work-Lifestyle Choices in the Twenty-First Century*, New York: Oxford Univ. Press, 2000, p. 100.

Capitolul 11: Creierul bărbatului – respect; creierul femeii – dragoste

1. Michael Gurian, *What Could He Be Thinking? How a Man's Mind Really Works*, New York: St. Martin's, 2003, p. 126.

2. Ibid.

3. Willard F. Harley Jr., *His Needs, Her Needs: Building an Affair-Proof Marriage*, Grand Rapids: Revell, 2001, p. 156.

4. Emerson Eggerichs, *Dragoste şi respect: Dragostea – ceea ce-şi doreşte ea cel mai mult; Respectul – ceea de ce el are nevoie cu disperare*, Oradea: Kerigma, 2007, p. 23.

5. Shaunti Feldhahn, *Doar pentru ea*: *Ce ar trebui să ştie orice femeie despre viaţa interioară a bărbatului*, Cluj-Napoca: Editura Aqua Forte, 2007, p. 18.
6. Ibid., p. 31 – 32.
7. Proverbele 12: 4.
8. Coloseni 3: 19.
9. Harley, *His Needs*, *Her Needs*, p. 38, p. 44 – 46.
10. Filipeni 2: 3 – 7.
11. Iacov 3: 16.
12. Efeseni 5: 21.
13. Efeseni 5: 25.
14. Efeseni 5: 28 – 30.
15. Coloseni 3: 19.
16. Vezi Marcu 9: 50.
17. Vezi Romani 12: 10.
18. Vezi 1 Tesaloniceni 4: 18.
19. Vezi 1 Tesaloniceni 5: 11.
20. Vezi Galateni 5: 13.
21. Vezi Romani 12: 10.
22. Vezi Romani 16: 16.
23. Vezi Galateni 5: 26.
24. Vezi Coloseni 3: 13.
25. Vezi Efeseni 4: 2.
’ 26. Vezi ibid.
27. Efeseni 5: 33 NTR.
28. Feldhahn, *Doar pentru ea*, p. 16.
29. Efeseni 5: 33 NTR.
30. Avery Cardinal Dulles, „Love, the Pope, and C.S. Lewis”, *First Things*, ianuarie 2007, p. 20 – 24. *First Things*: *wmw*. *firstthings.com*/ *article*. *php3*? *idarticle* = *5393*, 12 aprilie, 2007.
31. Tit 2: 4.
32. Vezi Feldhahn, *Doar pentru ea*, p. 20 – 26.
33. Ibid., p. 22.
34. Vezi Feldhahn, *Doar pentru el*, p. 22 – 29.
35. John şi Stasi Eldredge, *Eu*, *femeia*: *Revelaţii despre tainele sufletului feminin*, Cluj-Napoca: Editura Aqua Forte, 2006, p. 112.

36.1 Petru 3: 7; vezi şi 1 Timotei 3: 11 şi 1 Petru 2: 17.

37. Tit 2: 4.

Capitolul 12: Creaţi pentru a fi una potrivit planului lui Dumnezeu

1. Geneza 2: 7.

2. Vezi Brown-Driver-Briggs Hebrew Lexicon. *Blue Letter Bible:* www.*blu eletterbible*.org/*cgi-bin*. *bib*/*strongs.pl*? *hr* = *http*%*3A*%*2F*%*2 F*www.*eliy ah.com*%*2 Flexicon.html* & *icon* = *http*%*3A*%*2F*%*2 Fwww.eliyah.com* %*2 Fbackto*. *gâf* & *bgcolor* = *FFFFFF* & *textcolor* = *.000.000* & *linkcolor* = *0000FF* & *vlinkcolor* = *A000FF* & *language* = *H* & *strongs* = *333*5, 12 aprilie, 2007.

3. Geneza 2: 22.

4. Vezi Brown-Driver-Briggs Hebrew Lexicon. *Blue Letter Bible*.

5. Geneza 1: 4, 10, 12, 18, 21, 25.

6. Geneza 2: 18.

7. R. David Freedman, „Woman Power Equal to Man", *Biblical Archaeology Review* 9, ianuarie/februarie 1983. *Universitatea din Chicago*: http://*home*. *uchicago.edu*/*-spackman*/*powerequaltoman.pdf* 12 aprilie, 2007.

8. Note de subsol la Geneza 2: 18. *The Net Bible*: http://*net*. *bible.org*/*verse.php*? *book* = *Gen* & *chapter* = *2* & *verse* = *18* Folosit cu permisiunea www.bible.org, 12 aprilie, 2007. Vezi şi M.L. Rosenzweig, „A Helper Equal to Him", *Judaism* 139, 1986, p. 277 – 280.

9. Samuel Terrien, *Till the Heart Sings*: *A Biblical Theology of Manhood and Womanhood*, Philadelphia: Fortress, 1985, p. 9.

10. Geneza 2: 20.

11. Geneza 2: 21 – 22.

12. Geneza 2: 18.

13. Geneza 2: 22.

14. Geneza 2: 23.

15. Ibid.

16. Geneza 2: 24.

17. Eclesiastul 4: 9 – 12.

Capitolul 13:

Preţuieşte, cinsteşte şi îngrijeşte potrivit planului lui Dumnezeu

1.1 Petru 3: 7.

2.1 Petru 3: 7 NIV.

3. Quote World: http://*iuww*. *quoteworld.org*/*quotes*/*72*5, 28 iulie, 2007.

4.1 Petru 3: 7.

5. Vezi „A Concise Dictionary", în James Strong, *Strong's Exhaustive Concordance of the Bible*, p. 18.

6. Efeseni 5: 29.

7. Romani 15: 14.

8. Coloseni 3: 16.

9. Efeseni 5: 19.

10. Vezi Deuteronomul 6: 6 – 9.

11. Vezi Strong, „A Concise Dictionary", p. 46.

12. Psalmii 91: 4.

13.1 Petru 3: 7.

14. Acest poem combină maxime culese din două surse: J. Allan Petersen, *The Myth of the Greener Grass*, ediţia revizuită, Wheaton, III.: Tyndale, 1991, p. 183; „Keep the Box Full", articol publicat în *Better Families*, ediţia din februarie 1998. Folosită cu permisiune.

15. *Brainy Quote*: www.*brainyquote.com*/*quotes*/*quotes*/*a*/*alexvanhal216209. html*, 12 aprilie, 2007.

16. John Gray, *Bărbaţii sunt de pe Marte*, *Femeile de pe Venus*, Bucureşti: Editura Vremea, 1998, p. 17.

17. Ieremia 17: 9.

18. Ezechiel 36: 26 – 28.

Index de citate biblice

6

Geneza Proverbele

1: 4 247 5: 18 – 19 240

1: 10 247 12: 4 246

1: 12... 247

1: 18 247 Eclesiastul

1: 21 247 4: 9 – 12 248
1: 25 247
1: 26 – 28 247 Cântarea-cântărilor
1: 28.247 4: 10 240
1: 31 247 5: 1 – 16 240
2: 7 247 7: 6 – 9 240
2: 18 247, 248
2: 20 247 Ieremia
2: 21 – 22 248 17: 9... 248
2: 22 247, 248
2: 23 248 Ezechiel
2: 24 240, 241, 248 36: 26 248
9: 16 232
Osea
Deuteronomul 1 – 3... 240
6: 6 – 9 248
7: 7 242 Tefania
3: 17 242
1 împăraţi
3: 12 237 Matei
4: 29 237 3: 17 242
Neemia Marcu
4: 14 243 9: 50 246
Psalmii Luca
18: 19 242 15: 10 242
40: 17 242
91: 4 248 Ioan
139: 13 – 16 229 1: 12 – 13... 242
6
10: 10 241 Coloseni
10: 28 243 3; 13 247
17: 23 242 3: 16 248
„3: 19 246
Romani
1: 20 232
7.24 243 1 Tesaloniceni
12: 10 241, 246 4: 18 246
15: 14 248 5: 11 246

16: 16 247
1 Timotei
1 Corinteni qq – 747
7 – 2 240
7… 5: 8 245
7: 4 241
7.5 241 2 Timotei
4: 18 243
2 Corinteni
11: 1 – 3 240 Tit
2: 4 247
Galateni
1: 4 243 Evrei
JJ8 245 13: 4 240
5: 26 247
Efeseni Iacov
4: 2 247 3: 16 246
5: 19 248
5: 21.246 1 Petru
5: 21 – 33 240 2: 17 247
5: 25 246 3: 7 232, 247, 248
5: 28 – 30 246
5: 33 247 2 PetrU
2: 9 243
Filipeni
1: 8 242 Apocalipsa
2: 3 – 7 246 19: 6 – 9 240

Index de subiecte abilitate spaţială 52, 62, 69, 80 – 82, 89 Adam 155, 157, 209, 211, 213, 214, 215 afecţiune 62, 128, 131, 136, 137, 139, 153, 169, 178, 195, 196, 197, 203, 205, afirmaţie 25, 31, 32, 105, 119, 139, 153, 164, 165, 169, 180, 181, 217

agapad 203, 204, 221 *agape* 154, 203, 204, 205 agresivitate 56 – 60, 82, 86, 87, 96, 121, 134, 159, 161, 162, 179 ajutor 211 – 213 amărăciune 141 amigdală 51, 55, 86, 87, 130 amintire 51, 73, 77, 89, 107 androgen 35, 146 apetit sexual 56, 141, 150 apreciere 24, 37, 44, 54, 63, 93, 95, 97, 121, 122, 136, 139, 144, 161, 174, 193, 194,

196, 206, 220 aprobare 172, 193, 197 asertivitate 56, 161 *asthenes* 220, 221 ataşament 146, 177, 217 atingere 50, 57, 73 – 74, 126 – 127, 131, 197 auz 54, 70 – 73, 109, 127 *banah* 210

Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile de pe Venus 226, 248

Baron-Cohen, Simon 33, 63, 79 *Brain Sex*: *The Real Difference*

Between Men and Women 32

Breedlove, Marc 34

Brizendine, Louann 33, 54, 97 Buss, David M. 137

Cânii, Turhan 50

căsnicie pe viaţă 148 – 152 centri verbali 51, 55, 82, 87, 103, 106 – 108, 118, 171

cerebel 49

cinstire 151, 171, 201, 219 – 228 clocit 223

Collinson, Alan 81

comoară 215, 220 – 221 competiţie 56, 61, 62, 79, 82 – 86, 96, 159, ’161 – 163, 166, 173, 181 186

comunicare 94, 99, 103 – 107, 109, 111 – 122, 133, 140 – 141, 153, 169 – 170, 185, 200

concubinaj 140, 152

condusul maşinii noaptea 69 consoartă 211

consolidare 63, 122, 139, 151, 160, 188, 204

cont de economii emoţionale

136, 195

controlul impulsului 86 cooperare 62, 80, 84 – 86, 96, 166 coordonare motorie 42

corp calos 36 – 37, 55, 71, 97 cortex cerebral 36, 48 – 49, 52 – 55, 87, 161

cortex motor 54

creier, stâng şi drept 32, 89, 94, 108, 128

Crenshaw, Theresa 56, 134, 166 creşterea copiilor 176 – 178

cromozom

X 38 – 40

Y 38 – 39, 58, 61

Crouse, Janice Shaw 147, 184 cuceri 57, 61, 155 –

157, 161 – 165, 169 – 172, 174
cuibărire 57, 113, 131, 134, 135, 143
curcubeu 67, 68
cutia căsniciei 224 – 225
Dalton, Pamela 75 David (rege) 15, 33 David, Rick 70 dezmierdare 57, 62, 127, 131, 135, 160, 167 – 168 dispoziţie 56, 59, 60, 76, 127, 135 divorţ 143, 144, 170, 180, 181, 191, 225
dominare 79, 114, 160, 169 – 170 dopamină 62, 131, 134, 148 dorinţă sexuală 51, 59, 125 – 129, 134, 140, 144, 147, 151, 203 dragoste jertfitoare 165, 198, 199, 201, 203, 204
dragoste, a face – 31, 128, 131 – 136 Dulles, Avery Cardinal 204 durere 45, 73 – 74, 168
Eden 155, 157, 211 educaţie 22, 34, 35 egalitate 32, 41, 211, 215 Eggerichs, Emerson 195 *ektrephö* 222
Eldredge, John sau Stasi 163, 205 emisfera stângă şi dreaptă 36, 37, 52 – 54, 69, 71, 81, 89, 93, 97, 104, 105, 107, 108, 128 emoţii 48, 52, 78, 80, 87, 88, 89, 97, 107, 111, 114, 127, 132, 147, 156, 157, 171
empatie 57, 78 – 79, 135, 156, 159, 166, 167
eros 203, 204
estrogen 36, 56, 59 – 60, 83, 166, 171 Eva 157 excitare sexuală 60, 130, 131, 135, 137, 140, 153 expresii faciale 94, 105, 113 *ezer* 211 – 213 Farrel, Bill şi Pam 91 fli 46
Feldhahn, Shaunti sau Jeff 15 – 17, 90, 134, 196, 201, 204 feniletilamină 131 fericirea în căsnicie 148, 169, 227 feromoni 76 fluenţă verbală 60, 104 FMRI 45 – 46, 90, 104, 138 Forger, Nancy G. 62 FPET 46
Gardner, Ralph Jr. 181 Gardner, Tim şi Amy 145 girus cingulat 50, 51, 52, 55, 161 Gray, John 226
Grisham, John 104 Gur, Raquel sau Ruben 37, 43, 82, 90
Gurian, Michael 59, 88, 117, 156, 163, 169, 173, 193 gust 50, 70, 74 – 76 Hanlon, Harriet Wehner 42 Harley, Willard F. 112, 126, 136, 139, 148, 149, 182, 183, 186, 187, 190, 194, 197 Hepburn, Katharine 25 hipocamp 51,

55, 107, 130 hipotalamus 51, 58, 125 încredere 95, 127, 135, 139, 140, 146, 153, 187, 194, 206 „îngrijire şi apropiere” 52, 57, 96, 160
Îngrijire 52, 59, 62, 83, 155 – 174, 176, 182, 184, 185, 191, 194, 201, 223 intimitate sexuală 16, 52, 126, 131, 133, 134, 136, 153 întreţinere 57, 175 – 191 intuiţie 31, 37, 72, 79, 92 – 97 *ishah* 215 *iysh* 215 Jessel, David 32
Larimore, Jennifer 47, 217 Larimore, Kate 43, 72, 75, 92, 185, 188 – 189
Larimore, Scott 43, 72 – 73, 75, 91 – 92, 162, 173 – 174, 189, 217 legătură 52, 57, 58, 112 – 113, 116, 145, 152, 166, 173, 176, 194, 217 – 218 libido 60, 150 lideri slujitori 151, 169 – 170, 197 – 198, 201, 225 limbaj 33, 42, 71, 87, 94, 104, 105, 109, 117, 120 – 122, 127 – 128 al acţiunii 114 al relaţiei 116 al trupului 105 indirect 117 – 119 lipire 145 – 146, 216 – 217 lob frontal 53, 54, 71, 86, 87, 104 lob occipital 53, 54 lob parietal 53, 54 lob temporal 53, 54 logică 52, 89 luarea deciziilor morale 53, 86, 87 „luptă sau fugi” 57, 96 măduva spinării 49 *Man Are Like Waffles*, *Women Are*
Like Spaghetti 91 *Mandolina căpitanului Corelli* 153 mânie 63, 82, 87, 100, 114, 141 Marano, Hara Estroff 80 McDermott, Alice 167 memorie 42, 50 – 51, 54, 61, 106 emoţională 50 – 51, 55, 89 spaţială 42
menopauză 60
menstruaţie 60
Mesaj pentru tine 157, 159 miros 50, 52, 67, 70, 74 – 76, 77, 126, 127
Moir, Anne 32, 33, 40, 57, 60, 81, 103.107.114.116.178.179
Moise 15, 40, 210, 211, 212, 215, 216 monogamie 58, 146, 147, 152 – 153, 216
moştenire 164
munca în gospodărie 177, 181, 182, 184, 186
Neemia 165
neged 212, 213 neînfricare 162
nerv optic 68 neurohormon 56, 60
Newton, Isaac 67

Nuntă à la grec 160 ocitocină 57 – 58, 59, 61, 62, 74, 82 – 83, 88, 112, 117, 131, 134, 146, 147, 148, 158, 166, 167, 171, 176 – 177, 179, 195, 197 orgasm 58, 126, 127, 131, 145, 147, 152, 167
Pavel (apostol) 203, 221 – 223
Pease, Barbara şi Allan 32, 105, 115.132.134.135.138.179
Petersen, J. Allan 224
Petru (apostol) 63, 219 – 221, 223 *phileö* 203
phobeomai 203
Pintus, Lorraine 150
Prăvălia ororilor 175
preludiu 27, 58, 131 – 132 preocupare 201, 221 – 224
preţui 171, 196, 201, 221 – 224, 228 prietenie 42 – 43, 117, 122, 171, 203, 225
procesare emoţională 52, 87, 118 progesteron 56, 60 – 61
prolactin 166
protecţie 39, 57, 135, 139, 169, 172, 176, 179, 180, 187, 188, 210, 215, 221, 223 pubertate 166 Purceii, Tom 70 Reinisch, J.M. 74 relaţie sexuală 122, 128 – 129, 141, 145, 149 – 150 resentiment 132, 141, 143, 176 respect 102, 103, 126, 146, 156, 170, 173, 179, 181, 193 – 206, 219, 221, 223, 224, 226, 227, 228
respect jertfitor 201 – 202, 204, 224 respect, lipsă de – 103, 170, 193
196, 201
reţea, activitate în – 62, 166, 171, 189
rezolvarea de probleme 54, 79, 88, 89, 92, 108, 114 Rhoads, Steven E. 139, 166, 170, 181, 186 romantism 62, 134 – 135, 139, 147, 157 – 158, 225
Salvaţi soldatul Ryan 155 – 156, 159, 164
sarcină 35, 75, 166, 167, 184 sarcină multiplă 54, 90 – 92, 96, 128 satisfacţie sexuală 58, 126, 140
141, 146, 149, 150, 152 – 153 Sawyer, Diane 84 Sax, Leonard 42, 67 scanări funcţionale ale creierului
45 – 46, 81, 107, 128 serotonină 59, 61, 82, 131, 134, 161, 166

siguranţă 128, 130, 131, 139, 147, 153, 169, 171, 172, 175 – 191, 197, 218
emoţională 131, 186 – 191 financiară 170, 187 singur trup, un – 146, 152, 153, 154, 215 – 217 sistem limbic 49 – 53, 60, 86, 87, 125, 127, 161 slăbiciune 213, 215, 220 socializare 34, 41, 43 Solomon (rege) 196, 210, 217 Spielberg, Steven 155 sprijin 211 stimă de sine 60 stimuli auditivi 71 – 73, 129 *storge* 203 stres 43, 78, 82 – 86, 88, 96, 108, 112, 113, 114, 129, 132, 144, 185 Stroder, Dave şi Kristie 99 substanţă albă 37, 54, 97 substanţă cenuşie 37, 54 Taylor, Shelley E. 160 Terrien, Samuel 212 testosteron 16, 34 – 36, 39, 56 – 57, 60, 61, 85, 103, 114, 125, 127, 134, 146, 161 – 163, 170, 179, 193, 216 tetracromie 68 *thalpö* 223 tovarăş de viaţă 211 trunchi cerebral 49, 50 unul altuia 150, 199 – 200, 222, 224 valoare 24, 93, 101, 169 – 171, 193, 203, 210, 219 – 221, 224 Van Halen 226 vasopresină 58 – 59, 61, 82, 85, 114, 134, 146, 163, 179, 193, 216 văz 68 – 71. *Vezi şi* vedere vedere 50, 52, 68 – 71, 214 Vilain, Eric 38, 37 vorbire 48, 55, 160. *Vezi şi* limbaj *Why Men Don't Listen And Women*
Can't Read Maps 32 Wilcox, W. Bradford 169 Wilson, Glen 133 *yatsar* 209 – 210

Alte cărţi pentru familie publicate la editura Casa Cărţii:
Adevărul despre cusătoria între persoane de acelaşi sex, de Erwin W. Lutzer
Cele 10 porunci ale căsătoriei, de Ed Young
Cele 10 porunci pentru părinţi, de Ed Young
Cuvinte pe care trebuie să le audă copiii, de David Staal *Familia – o perspectivă creştină asupra căminului contemporan*, de Jack O. Balswick şi Judith K. Balswick